

SKRIPSI

EFEKTIVITAS DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DALAM MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA SANTRI KELAS 7 DI SMP YA BAKII 1 KESUGIHAN



**Disusun dan diajukan sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana
Pendidikan di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap**

Disusun Oleh:

Nama : Inarotun Nisa
NIM : 212411033
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL-GHAZALI CILACAP
TAHUN 2026**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : INAROTUN NISA

Nim : 212411033

Program Studi : BIMBINGAN DAN KONSELING

Menyatakan bahwa naskah skripsi ini yang berjudul “EFEKTIVITAS DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DALAM MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA SANTRI KELAS 7 DI SMP YA BAKII 1 KESUGIHAN” ini secara keseluruhan merupakan hasil penelitian karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar Pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakkan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Cilacap, 31 juli 2026

Yang membuat pernyataan



Inarotun Nisa

PERSETUJUAN

PERSETUJUAN

Nama : INAROTUN NISA

Nim : 212411033

Judul Skripsi : Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam
Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya Bakii 1
Kesugihan

Skripsi ini disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim penguji skripsi Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

Cilacap, 31 juli 2026

Persejuan Pembimbing

Pembimbing I



Syifaul Ummah, M.Pd.I
NIDN.0603098705

Pembimbing II



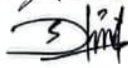
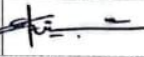
Heny Kristiana Rahmawati, M.Pd
NIDN.9990627730

PENGESAHAN

PENGESAHAN

Nama : INAROTUN NISA
NIM : 212411033
Judul : Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya BAKIL 1 Kesugihan

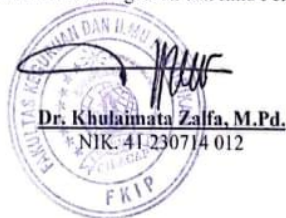
Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada sidang skripsi hari Kamis, tanggal 06, bulan Agustus, tahun 2026 dengan hasil LULUS. Skripsi ini telah direvisi dan mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji. Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua Sidang & Penguji 1	Aris Naeni Dwiyantri, M.Pd.		13/8 2026
Penguji 2	Sandi Aji Wahyu Utomo, M.Pd.I.		13/8 2026
Pembimbing 1 & Sekretaris	Syifaul Ummah, M.Pd.		13/8 2026
Ass. Pembimbing	Heny Kristiana Rahmawati, M.Pd.I.		13/8 2026

Skripsi disahkan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada:

Tanggal : 14 AUG 2026

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



NOTA KONSULTAN

NOTA KONSULTAN

Hal : Naskah Skripsi Inarotun Nisa

Lamp : -

Kepada
Yth. Dekan FKIP
Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap
Di Cilacap

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka konsultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Inarotun Nisa
Nim : 212411033
Fakultas/Prodi : FKIP/BK
Judul Skripsi : EFEKTIVITAS DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DALAM
MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA SANTRI KELAS 7
DI SMP YA BAKII 1 KESUGIHAN

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Keguruan dan ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Strata Satu (S1).

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Cilacap, 11 Agustus 2026
Konsultan



Sandi Aji Wahyu Utomo, M.Pd
NIDN. 2124049201

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

new Revisi Skripsi_Inarotun Nisa 212411033_fiks.docx

ORIGINALITY REPORT

14%
SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	eprints.unugha.ac.id Internet	237 words — 1%
2	ejurnal.staiha.ac.id Internet	151 words — 1%
3	repository.unugha.ac.id Internet	143 words — 1%
4	journals.usm.ac.id Internet	119 words — 1%
5	docplayer.info Internet	112 words — 1%
6	eprints.ummetro.ac.id Internet	87 words — < 1%
7	etheses.uin-malang.ac.id Internet	85 words — < 1%
8	eprints.walisongo.ac.id Internet	74 words — < 1%
9	www.jurnal.staialhidayahbogor.ac.id Internet	73 words — < 1%
10	booksc.org Internet	69 words — < 1%
11	repository.iainpurwokerto.ac.id Internet	69 words — < 1%
12	eprints.ums.ac.id Internet	59 words — < 1%

Menulis Teks Diskusi Siswa Kelas IX MTS Darur Roja", Indonesian Journal of Innovation Multidisipliner Research, 2026

- 69 konsultasiskripsi.com
8 words — < 1%
- 70 Arifin, Joko. "Pengaruh Program Kewirausahaan Digital dan Motivasi Berwirausaha Terhadap Pembentukan Karakter Kewirausahaan Siswa SMK Negeri 1 Kaligondang.", Universitas Islam Negeri Saifuddin Zuhri (Indonesia)
7 words — < 1%
- 71 Suratiyah. "Pengaruh Permainan Congklak Modifikasi Terhadap Kemampuan Literasi Numerasi Awal Dan Kemampuan Motorik Halus Pada Anak Usia Dinidi RA Darul Ulum Tarisi Kecamatan Wanareja Kabupaten Cilacap.", Universitas Islam Negeri Saifuddin Zuhri (Indonesia)
7 words — < 1%
- 72 Wandi Aditya, Martias Martias. "Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) terhadap Hasil Belajar Kelas XI Mata Pelajaran Produktif Teknik Kendaraan Ringan di SMK Teknologi Plus Padang", MASALIQ, 2024
7 words — < 1%
- 73 ijirt.org
7 words — < 1%
- 74 journal.unindra.ac.id
7 words — < 1%
- 75 journal.wiseedu.co.id
7 words — < 1%
- 76 repository.radenintan.ac.id
6 words — < 1%



MOTTO

“Selalu ada harga dalam sebuah proses, Nikmati saja Lelah-lelah itu.
Lebarkan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan
dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi,
gelombang-gelombang itu yang nanti bisa kau ceritakan.”

(Boy Candra)

Orang lain gak akan bisa paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka
ingin tahu hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun
gak ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga
dengan apa yang kita perjuangkan hari ini.

“Jika Bukan Karena di Mampukan Alloh, Aku Mungkin Sudah Lama Menyerah”

(Inara Nisa)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan bismillahirrahmanirrahim dan rasa Syukur skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya yang menjadi sebuah alasan utama saya untuk dapat bertahan dalam setiap proses yang saya Jalani selama perkuliahan. Beliau Bapak Muallifun dan Ibu Nur Khafsoh. Sebagai wujud jawaban dan tanggung jawab atas kepercayaan yang telah diamanatkan kepada saya serta atas cinta dan kasih sayang, kesabaran yang tulus ikhlas membesarkan, merawat dan memberikan dukungan moral dan material serta selalu mendo'akan saya selama pendidikan. Sehingga saya dapat menyelesaikan studi S1 di UNUGHA. Kebahagiaan dan rasa bangga kalian menjadi tujuan utama hidup saya. Semoga Allah senantiasa memuliakan beliau baik di dunia maupun di akhirat, aamiin.
2. Untuk mamas ku tersayang mas Akhmad Alfian Fikri yang selalu mensupport, mengingatkan adik nya yang masih gampang hilang arah ini. serta adiku tersayang dek Alfi Hidayati yang selalu excited supaya mbaknya lebih semangat mengerjakan skripsi agar segera wisuda. Terima kasih saudaraku, kalian berdua sudah menjadi bagian alasanku bertahan sejauh ini.
3. Teman-teman BK'A21 yang sudah saling memberikan support dan arahan sehingga saya bisa menjadi lebih semangat dalam memperjuangkan skripsi ini dan bersama-sama memperjuangkan apa yang diimpikan

4. Orang tua kedua saya, Abah KH. Lubbul Umam M.E dan Ibu Ma'unah Alhafidzoh serta teman-teman komplek TQ yang telah mendo'akan, mendukung, membimbing, serta memberikan semangat dan kasih sayangnya sehingga penulis berhasil sampai dititik ini.
5. Dan terakhir untuk diri saya sendiri, Inarotun Nisa. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Terima kasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini, walau seringkali merasa putus asa atas apa yang diusahakan dan belum berhasil. Namun terima kasih tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba meskipun langkah tertatih sangat pelan. Terima kasih karena memutuskan untuk tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikannya sebaik dan semaksimal mungkin. Ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu di manapun berada, inara. Apapun kurang dan lebihmu mari merayakan diri sendiri.

ABSTRAK

Inarotun Nisa, 212411033. Efektivitas Dukungan sosial teman sebaya Teman Sebaya dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Skripsi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap, Juli 2026.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas dukungan sosial teman sebaya teman sebaya dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Sampel penelitian berjumlah 16 siswa santri yang dipilih berdasarkan hasil angket penyesuaian diri, kemudian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing terdiri atas 8 siswa. Perlakuan diberikan melalui layanan bimbingan kelompok yang mengembangkan dukungan sosial teman sebaya teman sebaya. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket penyesuaian diri yang diberikan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) perlakuan. Analisis data menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas Shapiro-Wilk, uji homogenitas Levene Test, dan uji hipotesis menggunakan One Way ANOVA dengan bantuan SPSS versi 29. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penyesuaian diri siswa santri sebelum memperoleh perlakuan masih tergolong rendah. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok yang mengembangkan dukungan sosial teman sebaya teman sebaya, penyesuaian diri siswa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan dengan rata-rata skor dari 66,375 pada saat pretest menjadi 75,625 pada saat posttest. Sementara itu, kelompok kontrol mengalami peningkatan rata-rata skor dari 73,625 menjadi 79,875. Hasil uji normalitas menunjukkan seluruh data berdistribusi normal dengan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, sedangkan hasil uji homogenitas memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,424 ($>0,05$), sehingga data dinyatakan homogen. Hasil uji One Way ANOVA memperoleh nilai F sebesar 6,652 dengan nilai signifikansi sebesar 0,002 ($<0,05$). Selain itu, kelompok eksperimen mengalami peningkatan rata-rata skor sebesar 9,25 poin, sedangkan kelompok kontrol hanya mengalami peningkatan sebesar 6,25 poin. Dengan demikian, dukungan sosial teman sebaya teman sebaya efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Dukungan sosial teman sebaya yang diberikan melalui layanan bimbingan kelompok membantu siswa meningkatkan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sekolah dan pesantren, menjalin hubungan sosial yang lebih baik, serta mengelola emosi secara lebih positif.

Kata kunci: dukungan sosial teman sebaya teman sebaya, penyesuaian diri, bimbingan kelompok.

ABSTRACT

Inarotun Nisa, 212411033. The Effectiveness of Peer Social Support in Improving the Self-Adjustment of Seventh-Grade Boarding School Students at SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Undergraduate Thesis. Faculty of Teacher Training and Education, University of Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap, July 2026.

This study aims to determine the effectiveness of peer social support in improving the self-adjustment of seventh-grade boarding school students at SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. This research employed a quantitative approach using an experimental method. The sample consisted of 16 boarding school students selected based on the results of a self-adjustment questionnaire. The participants were divided into two groups, namely an experimental group and a control group, each consisting of eight students. The treatment was administered through group guidance services designed to enhance peer social support. Data were collected using a self-adjustment questionnaire administered before (pre-test) and after (post-test) the treatment. Data analysis included descriptive statistics, the Shapiro–Wilk normality test, Levene's Test for homogeneity, and hypothesis testing using One-Way ANOVA with the assistance of SPSS version 29. The findings indicated that the students' level of self-adjustment before receiving the treatment was relatively low. After participating in group guidance activities that promoted peer social support, the experimental group's mean self-adjustment score increased from 66.375 in the pre-test to 75.625 in the post-test. Meanwhile, the control group's mean score increased from 73.625 to 79.875. The normality test showed that all data were normally distributed, with significance values greater than 0.05. The homogeneity test yielded a significance value of 0.424 (>0.05), indicating that the data were homogeneous. The One-Way ANOVA test produced an F-value of 6.652 with a significance value of 0.002 (<0.05). In addition, the experimental group demonstrated a mean score improvement of 9.25 points, whereas the control group improved by only 6.25 points. These findings indicate that peer social support is effective in improving the self-adjustment of seventh-grade boarding school students at SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Peer social support provided through group guidance services help students adapt more effectively to both the school and boarding school environments, develop better social relationships, and regulate their emotions more positively.

Keywords: peer social support, self-adjustment, group guidance.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan nikmatNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan”. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap.

Selesainya skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis dengan penuh rasa hormat mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan secara moril maupun materil selama penyusunan skripsi ini. Terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. H. Ahmad Luthfi Hamidi, M.Ag, Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali (UNUGHA) Cilacap, beserta seluruh jajaran Civitas Akademik UNUGHA Cilacap.
2. Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) UNUGHA Cilacap.
3. Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I, Kaprodi Bimbingan dan Konseling (BK) FKIP UNUGHA Cilacap.
4. Syifaul Ummah, M.Pd.I, Dosen Pembimbing 1 yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, saran, nasihat, arahan dan selalu sabar dalam membimbing penulis menyelesaikan skripsi ini.

5. Heny Kristiana R, M.Pd, Dosen Pembimbing 2 yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, saran, nasihat, arahan dan selalu sabar dalam membimbing penulis menyelesaikan skripsi ini.
6. Moh. Nikmatulloh, S.Pd., selaku kepala sekolah SMP Ya BAKII 1 Kesugihan yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
7. Nadia Fauzia, S.Sos., selaku Guru BK SMP Ya BAKII 1 Kesugihan yang sangat sabar membantu mengarahkan saya dan siswa yang menjadi acuan penelitian.
8. Seluruh Dosen Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap, yang telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
9. Pengasuh Pondok Pesantren Al-Ihya ‘Ulumaddin tempat penulis menimba ilmu, seluruh masyayikh keluarga ndalem dan dewan asatidz asatidzah yang senantiasa memberikan ilmu dan bimbingannya serta penulis harapkan ziyadah barokah ilmunya.
10. Dan semua pihak yang penulis tidak dapat sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, semoga tidak mengurangi penghormatan dan penghargaan penulis. Semoga kebaikan dari semua pihak terbalas oleh Allah. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi jauh dari kata sempurna dan penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Cilacap, 10 Juni 2026

Penulis
Inarotun Nisa

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	ii
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR TABEL	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	13
C. Pembatasan Masalah	13
D. Rumusan Masalah.....	13
E. Tujuan Penelitian	14
F. Manfaat Penelitian.....	14
BAB II	16
KAJIAN PUSTAKA	16
A. Kajian Teori	16
1. Penyesuaian Diri	16
a. Pengertian Penyesuaian Diri	16
b. Aspek-aspek Penyesuaian Diri	19
2. Dukungan Sosial Teman Sebaya	24
B. Kajian Penelitian yang Relevan	39
C. Kerangka Pikir	42
D. Hipotesis Penelitian.....	44
BAB III.....	46
METODE PENELITIAN	46
A. Jenis Penelitian	47
B. Tempat dan Waktu Penelitian	48
C. Populasi dan Sampel Penelitian	48
D. Desain Penelitian	50
E. Variabel Penelitian	51
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	53
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	55
H. Analisis Data	57

BAB IV	59
HASIL DAN PEMBAHASAN	59
A. Hasil Penelitian	59
1. Gambaran Umum SMP Ya BAKII 1 Kesugihan	59
2. Pelaksanaan Penelitian.....	62
3. Pelaksanaan Kegiatan Bimbingan Kelompok Penyesuaian Diri	68
a. Pelaksanaan Kelompok Kelompok kontrol.....	77
4. Uji Normalitas Data	79
5. Uji Homogenitas	80
6. Uji ANOVA	81
B. Pembahasan	83
1. Gambaran Penyesuaian Diri Siswa Baru di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan	83
2. Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri	85
BAB V	88
KESIMPULAN	88
A. Kesimpulan	88
DAFTAR PUSTAKA	91

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	44
--	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian	48
Tabel 3.2 Blueprint Penyesuaian Diri	53
Tabel 3.3 Tolak Ukur Jawaban Angket	54
Tabel 4.1 Descriptive Statistic	63
Tabel 4.2 Kategori Penyesuaian Diri	64
Tabel 4.3 Hasil Pre Test Post Test Kelas Eksperimen	65
Tabel 4.4 Hasil Pre Test Post Test Kelas Kelompok kontrol	67
Tabel 4.5 Uji Normalitas Data	79
Tabel 4.6 Uji Homogenitas	81
Tabel 4.7 Uji Anova	82

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pengembangan sumber daya manusia yang berkualitas menuntut adanya sistem pendidikan yang tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga pada perkembangan pribadi dan sosial peserta didik secara menyeluruh. Berbagai penelitian menegaskan bahwa pendidikan memiliki peran strategis dalam membentuk kemampuan individu untuk berpikir, bersikap, serta berperilaku adaptif sesuai dengan tuntutan lingkungan sosialnya (Rahmat, 2019). Proses pendidikan yang berlangsung di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat saling berinteraksi dalam membentuk kepribadian peserta didik, sehingga keberhasilan pendidikan sangat dipengaruhi oleh kualitas pendampingan dan layanan yang diterima siswa pada setiap lingkungan tersebut (Suyanto & Jihad, 2019). Dalam konteks pendidikan sekolah, pembelajaran tidak hanya diarahkan pada pencapaian hasil belajar kognitif, tetapi juga pada pengembangan sikap, nilai, serta kemampuan penyesuaian diri peserta didik, yang menjadi salah satu fokus utama layanan bimbingan dan konseling (Prayitno, 2017). Pelaksanaan program pendidikan yang terencana memerlukan evaluasi yang sistematis untuk mengetahui perkembangan peserta didik secara komprehensif (Sudijono, 2018). Evaluasi hasil belajar dan perkembangan siswa menjadi dasar bagi guru dan konselor dalam merancang layanan pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik, Hasil evaluasi

tersebut dapat dimanfaatkan sebagai bahan pertimbangan dalam penyusunan program layanan bimbingan dan konseling yang lebih efektif dan tepat sasaran (Ambarwati, 2022).

Sekolah sebagai salah satu pendidikan formal perlu menyelenggarakan pendidikan yang berkualitas untuk mengembangkan kemampuan siswa. Dalam pengembangan potensi siswa dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan keadaan di lingkungan mereka sekolah. Menyesuaikan diri bukan berarti siswa berubah menjadi seperti tuntutan di lingkungan sekolah. Hal yang diharapkan siswa dapat memadukan potensi dan kondisi internal dirinya dengan lingkungan tempat berinteraksi. Sekecil apapun perubahan yang terjadi, penyesuaian diri tetap perlu dilakukan agar siswa dapat secara optimal dalam melakukan mengikuti kegiatan di sekolah. Perubahan tersebut mengharuskan remaja untuk melakukan penyesuaian dirinya sendiri maupun sosial. Dengan demikian remaja dituntut untuk membangun komunikasi baik dengan teman sebaya di sekolah maupun di luar sekolah (Aristya, 2018).

Sekolah dan pondok pesantren merupakan dua institusi pendidikan yang masing-masing memiliki keunggulan yang berbeda satu sama lain. Apabila keunggulan dari kedua lembaga pendidikan itu dipadukan, maka akan tercipta sebuah kekuatan pendidikan yang kuat dan berpotensi mampu menghasilkan generasi muda Indonesia yang unggul, handal dan berkarakter (Suhardi, 2013)

Sekolah berbasis pesantren adalah lembaga pendidikan yang menawarkan model pendidikan yang berbeda dengan sekolah pada umumnya (Damayanti, 2021). Menurut Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2019 tentang Pondok Pesantren, pendidikan di pondok pesantren adalah pendidikan yang diselenggarakan oleh pondok pesantren di lingkungan pondok pesantren dengan mengembangkan kurikulum yang disesuaikan dengan karakteristik pondok pesantren berdasarkan ajaran Islam atau yang berbasis *dirasah islamiyah* dengan model pendidikan muslim (Panut, 2021). Jadi, sekolah yang berbasis pondok pesantren adalah lembaga pendidikan yang mengintegrasikan kurikulum formal dengan nilai-nilai dan tradisi pesantren.

Remaja awal termasuk dalam kategori siswa SMP (Sekolah Menengah Pertama). Memasuki masa SMP, siswa sudah mulai mengenal sistem pendidikan baru yang berbeda saat mereka duduk di SD (Sekolah Dasar). Sistem pendidikan yang baru di antaranya terdapat berbagai mata pelajaran yang harus dipelajari dengan guru-guru yang berbeda sifat dan karakteristiknya, selain itu siswa SMP juga memiliki teman sebaya yang semakin luas lingkungannya sehingga mulai mengenal teman lain dengan berbagai latar belakang (Fatimah, 2010).

Menurut Cobb (dikutip di Mintarsih, 2015), dukungan sosial teman sebaya diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang dirasakan individu dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Sedangkan menurut Cohen dan Wills (dikutip di Mintarsih, 2015)

mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain.

Kartika (2008) menambahkan, remaja membutuhkan dukungan dari lingkungan. Dukungan sosial teman sebaya yang diterima remaja dari lingkungan, baik berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang membuat remaja menganggap bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain. Jika remaja diterima dan dihargai secara positif, maka remaja tersebut cenderung mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri dan lebih menerima dan menghargai dirinya sendiri.

Dukungan sosial teman sebaya sebagai bentuk kehadiran seseorang atau beberapa orang yang dapat membuat individu percaya bahwa dirinya dicintai, diperhatikan dan merupakan bagian dari kelompok sosial, yang dalam hal ini diharapkan datang dari teman sebaya. Dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu fungsi ikatan sosial yang mencakup dukungan emosional, dorongan untuk mengungkapkan perasaan, serta pemberian nasihat dan informasi yang berkembang dalam hubungan dengan teman sebaya. Adanya dukungan sosial teman sebaya dari teman sebaya merupakan keterlibatan positif yang dapat meningkatkan interaksi sosial serta menurunkan tingkat perilaku bermasalah bagi remaja dalam menyesuaikan diri (Ristianti, 2009).

Dukungan sosial teman sebaya dari teman sebaya merupakan permulaan hubungan persahabatan yang bersifat timbal balik dan memiliki

sifat-sifat sebagai berikut: ada saling pengertian, saling membantu, saling percaya, saling menghargai, dinyatakan juga olehnya bahwa hubungan sosial dengan teman sebaya adalah penting bagi perkembangan individu. Awalnya secara bertahap seorang remaja meninggalkan rumah dan bergaul secara luas dengan terbentuknya kelompok-kelompok teman sebaya sebagai suatu wadah penyesuaian. Motivasi berafiliasi juga berperan penting dalam intensi proposal siswa di sekolah (Uyun & Erlita, 2020).

Kelompok teman sebaya merupakan lingkungan pertama, di mana remaja belajar untuk hidup bersama orang lain yang bukan anggota keluarganya. Kelompok teman sebaya berarti individu-individu anggota kelompok sebaya itu mempunyai persamaan-persamaan dalam berbagai aspeknya. Kelompok teman yang sukses, ketika anggotanya dapat berinteraksi (Santosa, 2009).

Dukungan sosial yang terdapat di lingkup sekolah berbasis pesantren tak lepas dari dukungan sosial teman sebaya. Sullivan memberikan pengertian bahwa teman sebaya merupakan orang yang berperan penting dalam kehidupan remaja. Sullivan mengungkapkan, jika kebutuhan akan teman yang dianggap memiliki kecocokan serta menyenangkan tidak tercukupi, remaja akan merasa bosan dan mengalami depresi. Pada dasarnya dukungan sosial teman sebaya memiliki peranan yang sangat penting bagi seorang individu. Dalam lingkup sekolah berbasis pesantren dukungan teman sebaya sangat diperlukan, khususnya pada siswa santri SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Usia-usia seorang remaja yang baru

pertama kali tinggal di pondok pesantren dan diharuskan untuk menempuh jenjang pendidikan formal memiliki tuntutan yang lebih besar dibandingkan dengan remaja yang hanya menjadi siswa di sekolah formal, hal ini dapat menimbulkan permasalahan-permasalahan baru bagi siswa santri khususnya dalam aspek penyesuaian diri.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal yang dilakukan oleh penulis terhadap guru BK pada tanggal 28 April 2025 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Diperoleh informasi bahwa 123 siswa baru kelas 7 dan 105 siswa santri masih mengalami kesulitan dalam proses penyesuaian diri, jika dipersentasekan 85% siswa santri kelas 7 masih mengalami kesulitan dalam proses penyesuaian diri. banyak siswa santri mengalami permasalahan seperti sulit bergaul dengan teman, beberapa di antaranya mengalami kesulitan dalam membangun relasi sosial dengan teman sebaya, labil secara emosional, mengalami tekanan akademik, serta kesulitan mengikuti aturan dan disiplin di lingkungan sekolah. Khusus bagi siswa santri, masalah *homesick* atau kerinduan terhadap keluarga juga menjadi hambatan umum yang mengganggu proses adaptasi mereka sehingga menimbulkan keinginan untuk pulang. Padahal, dukungan sosial teman sebaya perlu difasilitasi melalui layanan yang terencana sehingga siswa santri memperoleh kesempatan untuk saling memberikan dukungan emosional, penghargaan, informasi, dan bantuan dalam proses penyesuaian diri. Sayangnya, dukungan sosial teman sebaya antarteman belum terstruktur dan sering kali bersifat spontan, tidak diarahkan sebagai bagian

dari strategi pembinaan psikososial secara sistematis. Karena usia mereka merupakan fase transisi penting yang ditandai dengan perubahan fisik, emosi dan sosial. Perubahan ini menuntut siswa untuk mampu menyesuaikan diri terhadap berbagai tuntutan lingkungan baru, baik di sekolah maupun di pondok pesantren bagi siswa santri.

Guru BK juga menjelaskan bahwa pihak sekolah juga dibantu dengan pengurus pesantren, agar guru bisa memantau bagaimana perkembangan siswa santri dan ketika tidak terlihat di sekolah guru akan menghubungi pengurus pondok apakah anak tersebut baik-baik saja di pondok pesantren atau tidak. Karena dalam konteks SMP Ya BAKII 1 Kesugihan, di mana siswa tidak hanya menjalani pendidikan formal tetapi juga tinggal di pesantren sebagai santri, kebutuhan akan dukungan sosial teman sebaya menjadi sangat krusial. Terlebih lagi bagi siswa kelas 7 yang baru pertama kali memasuki lingkungan pesantren, proses adaptasi tidak selalu berjalan mulus. Oleh karena itu, diperlukan suatu upaya melalui layanan bimbingan kelompok yang memfasilitasi dukungan sosial teman sebaya sehingga dapat diketahui efektivitasnya dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri.

Namun kenyataannya, terdapat suatu fenomena di mana tidak semua individu berhasil dalam melakukan penyesuaian diri dengan berbagai kondisi dan tuntutan dari lingkungannya. Hal ini dapat terlihat dari adanya gejala yang timbul pada seseorang yang mengalami *maladjusted* (kegagalan dalam menyesuaikan diri) seperti rasa cemas yang berlebihan, kemurungan,

depresi atau gangguan psikosomatis yang dapat menghambat seseorang dalam melakukan aktivitas. Lebih lanjut Schneiders (1964) menyatakan bahwa perilaku lain juga terlihat pada seseorang yang tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi sehingga menimbulkan respons dan reaksi yang tidak efektif, situasi emosional yang tidak terkendali dan keadaan yang tidak memuaskan.

Menurut Hurlock (2008) penyesuaian diri dikatakan baik apabila individu tersebut mampu menampilkan diri secara nyata, mudah menyesuaikan diri terhadap berbagai kelompok, memiliki sikap sosial yang tinggi, serta rasa puas yang ada didirinya. Sebaliknya penyesuaian diri yang buruk dapat diketahui dengan panca indra di mana seseorang yang tidak mampu memenuhi tuntutan sosial lingkungan yang ada dengan cara tidak mau menerima dan memuaskan diri sendiri. Mengenai banyak fenomena yang terjadi pada kehidupan sehari-hari di berbagai media dan jurnal penelitian, banyak yang memperlihatkan kejadian nyata yang di mana tidak banyak remaja yang mampu dan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri di lingkungan sosial mereka. Begitu juga dengan siswa-siswa yang berada di lingkungan sekolah.

Menurut Schneiders (1964) penyesuaian diri sebagai suatu proses di mana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, frustrasi dan konflik, tujuannya untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan di mana dia tinggal dengan tuntutan di dalam dirinya.

Kegagalan remaja dalam melakukan penyesuaian diri akan menimbulkan bahaya seperti tidak bertanggung jawab dan mengabaikan pelajaran, sikap sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman, merasa ingin pulang jika berada jauh dari lingkungan yang tidak dikenal dan perasaan menyerah. Bahaya yang lain adalah terlalu banyak berkhayal untuk mengimbangi ketidakpuasannya, mundur ke tingkat perilaku yang sebelumnya dan menggunakan mekanisme pertahanan seperti rasionalisasi, proyeksi, berkhayal dan pemindahan (Hurlock, 1997).

Penyesuaian diri merupakan hal yang penting dalam suatu fase perkembangan individu. Terlebih lagi pada masa transisi anak Sekolah Dasar menuju ke jenjang berikutnya. Para siswa baru yang belajar di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan sekaligus tinggal di pondok pesantren pada dasarnya tidak hanya berasal dari lingkungan sekitar di mana pondok pesantren tersebut berdiri, tetapi juga berasal dari luar kota bahkan ada yang berasal dari luar provinsi. Karena sebagian besar siswa kelas 7 SMP Ya BAKII 1 Kesugihan menetap tinggal di pondok pesantren, maka dari itu dibutuhkan penyesuaian diri siswa santri tersebut dengan lingkungan sekolah juga lingkungan pesantren, terutama di tahun pertama menetap di pesantren. Para siswa bertemu dengan teman-teman baru, tempat tinggal baru dan situasi baru. Tidak sedikit para siswa yang merasa tidak sanggup atau merasa tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren. Siswa kelas 7 yang juga sekaligus santri banyak membutuhkan dukungan dari teman sebaya, guru, dan keluarganya. (Sa'idah & Laksmiwati, 2017).

Penyesuaian diri juga merupakan hal yang penting dan menarik bagi para peneliti bahwa bagaimana individu mengadopsi perubahan budaya yang berbeda dan keadaan yang terjadi di lingkungan mereka. Seorang individu yang disesuaikan dengan baik sesuai dengan lingkungannya dan memiliki keseimbangan dalam kemampuan, perasaan dan perilakunya. Individu secara terus menerus mengembangkan potensi mereka dengan cara yang sehat untuk mengubah lingkungan mereka (Aaqilah & History, 2024).

Penyesuaian diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu faktor lingkungan, yang meliputi lingkungan keluarga, masyarakat, maupun sekolah. Kondisi yang berjauhan dari orang tua maupun saudara membuat siswa sekolah berbasis pesantren cenderung memiliki hubungan yang lebih solid dengan sesama siswa lainnya, dibandingkan dengan siswa sekolah non pesantren. Penyesuaian diri yang baik akan membuat individu menjadi selaras di dalam hidupnya di tengah-tengah orang lain. Penyesuaian diri merupakan proses yang dialami seseorang yang berhubungan dengan tuntutan lingkungan terhadap sikap, perilaku dan emosi individu. Jadi dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri merupakan proses di mana individu mendapatkan pembentukan sikap yang sesuai dengan perilaku kelompoknya (Gerungan, 2002).

Penyesuaian diri pada dasarnya dapat dipengaruhi dari faktor eksternal dan faktor internal. Dalam penelitian ini, dukungan sosial teman sebaya teman sebaya difasilitasi melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sehingga siswa memperoleh kesempatan untuk saling memberi

dukungan dalam proses meningkatkan penyesuaian diri yang berasal dari luar atau eksternal yang paling sering dijadikan sebagai pemicu penyesuaian diri siswa santri, yang mana jika siswa santri memperoleh dukungan secara eksternal maupun internal dari teman sebayanya maka akan lebih mudah dalam penyesuaian dirinya. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Damayanti (2021) mengungkapkan bahwa dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh dari teman sebaya menjadi salah satu dari beberapa faktor yang memberikan pengaruh terhadap proses penyesuaian diri siswa santri. Namun penyesuaian diri siswa santri tidak hanya terfokus pada faktor eksternalnya saja, faktor internal juga tidak kalah penting dalam mempermudah proses penyesuaian diri siswa santri.

Penyesuaian diri yang tidak optimal dapat berdampak negatif terhadap perkembangan psikososial siswa, seperti munculnya perasaan terasing, rendahnya motivasi belajar, hingga munculnya perilaku menyimpang. Oleh karena itu, dibutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar, salah satunya adalah dukungan sosial dari teman sebaya. Teman sebaya merupakan pihak yang paling dekat secara emosional dan intensitas interaksi di usia remaja. Dukungan yang diberikan oleh teman sebaya, seperti memberikan semangat, menjadi tempat curhat, atau menemani saat mengalami kesulitan, terbukti dapat membantu siswa merasa lebih diterima, percaya diri, dan mampu menghadapi tekanan lingkungan dengan lebih baik. SMP Ya BAKII 1 Kesugihan sebagai lembaga pendidikan berbasis pesantren memiliki karakteristik yang unik di mana siswa tidak hanya

beradaptasi dengan lingkungan belajar, tetapi juga dengan kehidupan komunal di pesantren. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji efektivitas dukungan sosial teman sebaya teman sebaya yang difasilitasi melalui layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan penyesuaian diri khususnya siswa kelas 7 yang sedang dalam tahap awal masa adaptasi mereka.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka diperlukan untuk meneliti bagaimana strategi dukungan sosial teman sebaya sebagai salah satu faktor pendukung penyesuaian diri siswa santri kelas 7, sehingga diperlukan penelitian dengan judul **“Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan”** Berdasarkan latar belakang tersebut, diperlukan suatu upaya untuk membantu siswa santri meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah berbasis pesantren. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah memfasilitasi terbentuknya dukungan sosial teman sebaya melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji efektivitas dukungan sosial teman sebaya dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan layanan yang mampu meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa santri di lingkungan sekolah berbasis pesantren..

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah diuraikan, dapat diambil kesimpulan bahwa ada beberapa masalah terkait dengan dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri yang terjadi di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan, yaitu:

1. Masih terdapat sebagian siswa santri baru kelas 7 mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri
2. Masalah *homesick* atau kerinduan terhadap keluarga
3. Hambatan dalam hubungan sosial dengan teman sebaya masih tinggi
4. Dukungan sosial teman sebaya belum berjalan optimal
5. Belum diketahui secara jelas sejauh mana dukungan sosial teman sebaya berkontribusi terhadap penyesuaian diri siswa santri

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini terarah dengan baik dalam menjawab rumusan masalah maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dibatasi pada Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, masalah yang dikaji dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan dalam menghadapi lingkungan sekolah berbasis pesantren?

2. Bagaimana efektivitas dukungan sosial teman sebaya dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan dalam menghadapi lingkungan berbasis pesantren.
2. Untuk mengetahui efektivitas dukungan sosial teman sebaya dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

F. Manfaat Penelitian

Dari latar belakang yang sudah dijabarkan, diharapkan penelitian ini mampu memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat senantiasa bermanfaat dalam kajian ilmu Bimbingan dan Konseling yang menyangkut Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Permasalahan peserta didik yang mengalami penyesuaian diri. Serta dapat dijadikan sebagai referensi bahan studi lanjutan tentang dukungan sosial teman sebaya dalam beradaptasi di sekolah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan supaya dapat digunakan sebagai suatu pertimbangan dan juga sebagai upaya menindaklanjuti permasalahan permasalahan yang muncul berkaitan dukungan sosial teman sebaya terhadap adaptasi penyesuaian diri siswa di sekolah.

b. Bagi guru bimbingan dan konseling

Hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan acuan untuk membuat program layanan yang tepat terhadap permasalahan pada penyesuaian diri dalam adaptasi terkhusus siswa santri di sekolah.

c. Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa santri dalam tahap penyesuaian diri di sekolah lingkungan baru sekaligus berstatus santri.

d. Bagi Peneliti

Dapat dijadikan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Penyesuaian Diri

a. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang melibatkan respons-respons mental dan perbuatan dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik secara sukses, serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan diri dengan norma atau tuntutan lingkungan di mana ia hidup. Tujuan dari usaha ini adalah untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan darinya oleh lingkungan di mana ia tinggal (Schneiders, 1964).

Menurut Schneiders (1964) terdapat dua aspek penyesuaian diri yaitu:

a. Penyesuaian Terhadap Diri Sendiri (*Personal Adjustment*).

Penyesuaian terhadap diri sendiri melibatkan respon fisik, emosional, bereaksi pada realitas seksual dengan cara yang matang, terintegrasi dan sesuai dengan tuntutan moral dan sosial. Serta kemampuan individu dalam memenuhi tuntutan moral dan berbagai macam nilai keagamaan beserta prakteknya.

b. Penyesuaian Terhadap Lingkungan Sosial (*Social Adjustment*)

Merupakan penyesuaian diri individu dalam kapasitasnya untuk bereaksi dalam memenuhi tuntutan sosial dengan cara yang dapat diterima masyarakat, dirinya dan lingkungannya. Jika seorang ingin dapat melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosialnya, maka ia harus mampu menciptakan suatu relasi yang sehat dengan orang lain, seperti menghargai orang lain, memperhatikan kesejahteraan orang lain, mengembangkan persahabatan, berperan aktif dalam kegiatan sosial, menghargai nilai-nilai yang berlaku di lingkungan.

Menurut Schneiders (1964) penyesuaian diri yang baik meliputi tujuh aspek sebagai berikut:

1. Tidak terdapat emosionalitas yang berlebih

Aspek pertama menekankan adanya kelompok kontrol dan ketenangan emosi individu yang memungkinkannya untuk menghadapi permasalahan secara inteligen dan dapat menentukan berbagai kemungkinan pemecahan masalah ketika muncul hambatan.

2. Tidak terdapat mekanisme psikologis

Aspek kedua menjelaskan pendekatan terhadap permasalahan lebih mengindikasikan respon yang normal dari yang disertai tindakan nyata untuk mengubah suatu kondisi. Individu dikategorikan normal jika bersedia mengakui

kegagalan yang dialami dan berusaha kembali untuk mencapai tujuan yang ditetapkan.

3. Tidak terdapat perasaan frustrasi personal

Penyesuaian dikatakan normal ketika seseorang bebas dari frustrasi personal. Perasaan frustrasi membuat seseorang sulit untuk bereaksi secara normal terhadap situasi atau masalah.

4. Kemampuan untuk belajar

Proses dari penyesuaian yang normal bisa diidentifikasi dengan pertumbuhan dan perkembangan dalam pemecahan situasi yang penuh dengan konflik, frustrasi atau stress.

5. Pemanfaatan pengalaman masa lalu

Dalam proses pertumbuhan dan perubahan, penggunaan pengalaman di masa lalu itu penting. Ini merupakan salah satu cara di mana *organism* belajar.

6. Sikap realistik dan objektif

Penyesuaian yang normal secara konsisten berhubungan dengan sikap realistik dan objektif. Sikap yang realistik dan objektif adalah berdasarkan pembelajaran, pengalaman masa lalu, pemikiran rasional mampu menilai situasi, masalah atau keterbatasan personal seperti apa adanya.

7. Pertimbangan rasional dan pengarahan diri

Individu memiliki kemampuan berpikir dan melakukan pertimbangan terhadap masalah atau konflik serta kemampuan mengorganisasi pikiran, tingkah laku dan perasaan untuk memecahkan masalah, dalam kondisi sulit sekalipun menunjukkan penyesuaian yang normal.

Jadi dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah proses mental dan perilaku untuk memenuhi kebutuhan, mengatasi masalah, serta menciptakan keharmonisan antara diri dan lingkungan. Penyesuaian diri meliputi dua aspek, yaitu penyesuaian terhadap diri sendiri dan lingkungan sosial. Penyesuaian diri yang baik ditandai dengan kelompok kontrol emosi, kemampuan belajar dari pengalaman, sikap realistis, serta kemampuan berpikir dan bertindak rasional. Jika penyesuaian diri tidak tercapai individu khususnya remaja, akan lebih rentan terhadap stres dan kesulitan meraih keberhasilan di masa depan.

b. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri menurut Schneiders (dikutip di Aristya, 2018) meliputi empat aspek yaitu:

1. *Adaptation* adalah penyesuaian diri dipandang sebagai kemampuan seseorang dalam beradaptasi.
2. *Conformity* adalah seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri baik bila memenuhi kriteria sosial dan hatinuraninya.

3. *Mastery* adalah orang yang penyesuaian diri baik mempunyai kemampuan membuat rencana dan mengorganisasikan suatu respon diri.
4. *Individual variation* adalah ada perbedaan individual pada perilaku dan responnya dalam menanggapi masalah.
5. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan aspek-aspek penyesuaian diri yaitu adaptasi, kesesuaian, penguasaan dan variasi individu.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders (1964) ada lima faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri remaja, yaitu:

1. Kondisi fisik: berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri remaja.
2. Kepribadian: kemauan dan kemampuan untuk berubah, pengaturan diri, realisasi diri dan intelegensi.
3. Edukasi: belajar, pengalaman, latihan, determinasi diri, yang diperoleh dan menyerap ke dalam diri melalui proses belajar.
4. Lingkungan: adanya keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri.
5. Agama dan budaya: faktor agama memiliki sumbangan yang berarti dan budaya juga merupakan faktor yang berpengaruh pada kehidupan individu.

Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli, penulis menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri remaja terdiri dari faktor internal seperti motif, konsep diri, persepsi dan sikap, serta faktor eksternal seperti pola asuh keluarga, kondisi sekolah dan kelompok sebaya. Selain itu, kondisi fisik, kepribadian, pendidikan, lingkungan, serta agama dan budaya juga turut berperan penting dalam proses penyesuaian diri remaja. Semua faktor ini saling berkaitan dan menentukan kemampuan remaja dalam menyesuaikan diri secara efektif dengan lingkungan dan tantangan hidupnya.

d. Karakteristik Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders (1964) karakteristik penyesuaian diri terbagi menjadi 7 yaitu:

1. Kemampuan menghadapi masalah secara realistis.
2. Memiliki hubungan sosial yang sehat dengan orang lain.
3. Mampu menerima diri sendiri dan orang lain.
4. Memiliki kelompok kontrol emosi yang baik.
5. Mampu menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan.
6. Tidak menunjukkan gejala stres atau ketegangan emosional yang berlebihan.
7. Dapat belajar dari pengalaman dan memperbaiki diri

Jadi dapat disimpulkan, penyesuaian diri yang baik ditandai oleh kemampuan menghadapi masalah secara realistis,

hubungan sosial yang sehat, penerimaan diri dan orang lain, kelompok kontrol emosi yang baik, kemampuan beradaptasi dengan perubahan, serta belajar dari pengalaman tanpa mengalami stres berlebihan. Sebaliknya, kegagalan dalam penyesuaian diri dapat menyebabkan reaksi negatif seperti bertahan secara palsu, menyerang, atau melarikan diri dari masalah, yang menunjukkan penyesuaian diri yang salah dan tidak efektif.

e. Proses Penyesuaian Diri

Schneiders (1964) menjelaskan proses penyesuaian diri mempunyai tiga unsur yang akan menjadikan kualitas proses penyesuaian diri lebih baik, di antaranya:

1) Motivasi dan proses penyesuaian diri

Motivasi mempunyai persamaan yaitu kebutuhan, perasaan dan emosi. Reaksi penyesuaian diri bisa dipandang sebagai organisme yang mampu menjaga keseimbangan. Respon memiliki kualitas entah sehat atau rusak bisa ditentukan melalui kualitas motivasi dan juga hubungan antara individu dengan lingkungannya.

2) Sikap terhadap realitas dan penyesuaian diri

Sikap individu terhadap sekitar yang nyata bisa menjadi penentuan terhadap aspek penyesuaian diri. Penyesuaian diri yang baik sangat membutuhkan sikap dan

hubungan yang baik pula, karena jika mempunyai sikap bermusuhan, nakal, egois, maunya sendiri, minat hiburan yang rendah, semua sikap tersebut dapat menyebabkan gangguan dalam hubungan penyesuaian diri terhadap realitas.

3) Pola dasar dalam proses penyesuaian diri

Contoh sehari-hari pola dasar penyesuaian diri yaitu seorang anak yang membutuhkan kasih sayang orang tuanya, karena dia memiliki orang tua yang sibuk dalam pekerjaan. Biasanya seorang anak yang ingin mendapatkan kasih sayang namun sulit sekali terpenuhi bahkan tidak pernah, pasti dia akan berusaha mencari cara supaya mendapatkan kasih sayang dari orang tua, yaitu dengan cara mencari kegiatan apapun yang menurut mereka benar demi untuk memperoleh kasih sayang dari orang tuanya.

Sesuai dengan penyesuaian diri yang ditujukan kepada diri sendiri, orang lain ataupun lingkungan, maka tujuan dari proses penyesuaian diri di antaranya:

- 1) Mempunyai dorongan untuk memperoleh kehidupan dan tuntutan hidup dari luar dirinya
- 2) Mampu menerima sesuatu yang nyata diluar dirinya
- 3) Mampu melakukan suatu pekerjaan yang sesuai dengan potensi yang dimiliki

- 4) Mampu melawan rasa cemas dan takut
- 5) Mampu mengembangkan potensi yang positif sehingga diterima oleh lingkungannya dan tidak disingkirkan.

2. Dukungan Sosial Teman Sebaya

a. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut Sarafino (1994) dukungan sosial teman sebaya adalah kebahagiaan yang dirasakan seseorang hasil dari menerima bantuan dan perhatian sehingga mereka merasa diterima, dihargai dan dicintai oleh kelompok. Dukungan sosial teman sebaya secara umum digambarkan sebagai peran atau pengaruh yang dilakukan oleh orang terdekat misal keluarga, teman, ataupun rekan komunitas.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan dukungan sosial dari teman sebaya sangat penting bagi remaja dalam proses penyesuaian diri, karena memberikan informasi, umpan balik dan kesempatan untuk menguji peran sosial. Semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, semakin baik penyesuaian diri remaja. Secara umum, dukungan sosial teman sebaya adalah bantuan emosional dan informasi yang berasal dari orang-orang terdekat seperti keluarga, teman dan komunitas, yang efektif mengurangi tekanan psikologis seperti depresi dan kecemasan.

b. Jenis-jenis Dukungan Sosial Teman Sebaya

House (dikutip di Mahmudi, 2014) membedakan empat bentuk atau dimensi dukungan sosial teman sebaya:

1. Dukungan emosional: mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan.
2. Dukungan penghargaan: terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif untuk orang itu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu.
3. Dukungan instrumental: mencakup bantuan langsung, seperti kalau orang-orang memberi pinjaman uang kepada orang itu atau menolong dengan pekerjaan pada waktu mengalami stress.
4. Dukungan informatif: mencakup memberi nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran atau umpan balik.

Sedangkan menurut Sheridan dan Radmacher (dikutip di Azizah, 2011) membedakan dukungan sosial teman sebaya menjadi lima bentuk, yaitu:

1. Dukungan instrumental; penyediaan materi yang dapat memberikan pertolongan langsung seperti pinjaman uang, pemberian barang, makanan serta pelayanan.
2. Dukungan informasional; ini melibatkan pemberian informasi, saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu.

3. Dukungan emosional; ini membuat individu memiliki perasaan nyaman, yakin, diperdulikan dan dicintai oleh sumber dukungan sosial sehingga individu dapat menghadapi masalah dengan baik.
4. Dukungan pada harga diri; berupa penghargaan positif pada individu, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu, perbandingan yang positif dengan individu lain.
5. Dukungan dari kelompok sosial; membuat individu merasa anggota dari suatu kelompok yang memiliki kesamaan minat dan aktifitas sosial dengannya

c. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut Myers (dikutip di Maslihah, 2011) terdapat tiga faktor penting yang mendorong individu untuk memberikan dukungan sosial teman sebaya positif kepada individu lain, yakni:

1. Empati, yaitu turut merasakan perasaan sedih maupun senang orang lain bertujuan untuk membantu dan mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.
2. Norma dan nilai sosial yaitu berguna untuk membimbing individu dalam menjalankan kewajiban dalam kehidupan.
3. Pertukaran sosial, di mana merupakan hubungan timbal balik antara perilaku cinta, layanan dan informasi. Apabila terjalin keseimbangan antara hubungan tersebut maka akan

menghasilkan hubungan interpersonal yang memuaskan sehingga menimbulkan rasa percaya terhadap orang lain.

Menurut Sarafino (1994) faktor lain yang mempengaruhi dukungan sosial teman sebaya yaitu berkaitan dengan potensi pemberian dukungan, seperti ada atau tidaknya sumber-sumber yang dipercaya, ada atau tidaknya sensitivitas akan kebutuhan dari orang lain, komposisi dan struktur dari jaringan sosial yang merupakan pertalian yang dimiliki dalam keluarga dan masyarakat. Maka faktor yang mempengaruhi dukungan sosial teman sebaya terdapat dua yaitu (1) penerima dukungan sosial teman sebaya dan (2) faktor pemberi dukungan sosial teman sebaya.

Stanley (2007) mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial teman sebaya, yaitu:

1. Kebutuhan Fisik

Kebutuhan fisik dapat mempengaruhi dukungan sosial teman sebaya yang meliputi sandang, pangan dan papan. Individu yang tidak tercukupi kebutuhan fisiknya maka dukungan sosial teman sebaya yang ia dapat kurang.

2. Kebutuhan Sosial

Individu yang mengaktualisasikan dirinya dengan baik maka akan lebih dikenal oleh masyarakat sekitar, untuk itu individu cenderung selalu ingin mendapatkan pengakuan dan penghargaan.

3. Kebutuhan Psikis

Kebutuhan psikis yang dimaksudkan adalah rasa ingin tahu, rasa aman, perasaan religius, hal yang sudah disebutkan tidak mungkin terpenuhi tanpa bantuan orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas dukungan sosial teman sebaya memiliki faktor yang mempengaruhi dukungan sosial teman sebaya antara lain empati, norma dan nilai sosial serta pertukaran sosial. Selain itu ada faktor penerima dan pemberi dukungan sosial teman sebaya. Terdapat kebutuhan fisik, sosial dan juga psikis.

d. Sumber Dukungan Sosial Teman Sebaya

Sumber dukungan sosial teman sebaya menurut Sarafino (1994) antara lain berasal dari orang tua, teman, pasangan, ataupun organisasi komunitas. Menurut Kail dan Reilson (dikutip di Santrock et al., 2005) teman dekat atau sahabat merupakan sumber dukungan sosial teman sebaya karena dapat memberikan rasa aman dan senang selama menghadapi masalah atau kesulitan.

e. Peran Teman Sebaya dalam Perkembangan Sosial

Menurut Renold (dikutip di Desiani, 2020) Peran teman sebaya dalam pergaulan peserta didik sangat menonjol. Hal ini sejalan dengan meningkatnya minat individu dalam persahabatan serta keikutsertaan dalam kelompok. Dalam kelompok teman sebaya peserta didik dapat merasa saling membutuhkan dan saling menghargai. Hal ini juga didukung oleh beberapa penelitian

terdahulu. Misalnya dalam penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan & Sudrajat (2018) membuktikan bahwa peran teman sebaya dalam meningkatkan kecerdasan sosial peserta didik. Berdasarkan hasil penelitian, dijelaskan bahwa peran teman sebaya mampu mengajarkan berbagai keterampilan sosial, seperti kerja sama, kemampuan berinteraksi, mengontrol diri, dan memecahkan masalah dan menjadi model atau contoh berperilaku bagi peserta didik.

f. Dukungan Sosial Teman Sebaya di Lingkungan Sekolah

Adanya dukungan sosial teman sebaya, siswa akan merasa diperhatikan, dihargai dan disayangi dalam pertemanannya sehingga hal tersebut akan membuat siswa lebih bisa beradaptasi dengan lingkungan. Umumnya pada saat di *boarding school* siswa lebih banyak berinteraksi dengan teman sebayanya dari pada ustadzah ataupun pengasuh, untuk itu siswa akan membangun pertemanan yang akan membuat siswa merasa nyaman di boarding school. Membangun sebuah pertemanan dalam *boarding school* dapat membantu siswa lebih siap dalam menjalani kehidupan di *boarding school* nya dan dapat meningkatkan rasa nyaman ketika tinggal di *boarding school*. Dukungan sosial teman sebaya juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri pada remaja awal. maka remaja akan lebih mudah untuk bergaul dan menjalin pertemanan dalam lingkungannya, sehingga siswa akan lebih mudah

tinggal. Jika siswa merasa telah menerima cukup dukungan sosial dari teman sebaya lingkungan barunya dan menjalani kesehariannya dalam *boarding school*.

Jika seorang siswa cukup menerima dukungan sosial dari teman sebayanya dan pihak *boarding school*, maka siswa dapat mencapai penyesuaian diri. Dukungan sosial teman sebaya berpengaruh secara signifikan dalam peningkatan penyesuaian diri karena dapat mendorong siswa untuk lebih bersemangat dalam menjalani kesehariannya di *boarding school* (Wilkinson, 2008).

g. Aspek-aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut Sarafino (1994) dukungan sosial teman sebaya terdiri dari empat aspek yaitu:

1. Aspek dukungan emosional.

Dukungan ini mengekspresikan rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu merasa nyaman, dikasihi dan diperhatikan. Dukungan ini melibatkan tindakan seperti menunjukkan kasih sayang atau afeksi serta bersedia mendengarkan keluhan orang lain.

2. Aspek dukungan penghargaan

Dukungan ini berupa ekspresi yang menyatakan setuju akan pencapaian seseorang dan memandang setiap ide-ide atau pendapat seseorang secara positif.

3. Aspek dukungan instrumental

Dukungan ini berupa bantuan langsung, seperti bantuan keuangan dan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas tertentu.

4. Aspek dukungan informasi

Bantuan bersifat informasi ini dapat berupa masukan, nasehat dan solusi penyelesaian masalah.

Sarafino & Smith, (2020) membagi dukungan sosial teman sebaya ke dalam empat aspek dalam memenuhi fungsi dasarnya. Aspek dukungan sosial teman sebaya yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penghargaan.

1. Dukungan emosional.

Dukungan emosional merupakan bentuk dukungan berwujud rasa empati, kepedulian, perhatian, hal positif, dan dorongan terhadap individu. Hal ini memberikan kenyamanan, perasaan dilibatkan dan kepastian dengan rasa memiliki dan dicintai ketika sedang stres atau dalam situasi tidak menyenangkan.

2. Dukungan instrumental.

Dukungan instrumental merupakan dukungan atau bantuan yang didapatkan secara fisik. Dukungan ini melibatkan bantuan langsung, seperti ketika seseorang memberi atau meminjamkan uang ataupun materi lainnya, dan juga bantuan berupa jasa ketika situasi sedang sulit.

3. Dukungan informasi.

Merupakan dukungan verbal yang memenuhi kebutuhan seseorang suatu pengetahuan atau informasi. Dukungan ini termasuk memberi nasihat, arahan, saran, atau umpan balik tentang bagaimana respon mengenai tindakan seseorang.

4. Dukungan penghargaan.

Dukungan ini merupakan dukungan yang berfokus pada ungkapan penilaian positif terhadap individu. Dukungan ini meliputi persetujuan ide atau perasaan individu, juga penerimaan bahwa individu tersebut berharga, mampu dan berarti.

3. Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Bimbingan Kelompok

Menurut (Prayitno & Amti, 2004) layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk mengubah dan mengembangkan sikap dan perilaku yang tidak efektif menjadi lebih efektif. Dalam hal ini lingkup kelompok memberikan motivasi kepada masing-masing anggota agar dapat memahami kesulitan yang dihadapi sebagai salah satu langkah menuju sukses.

Tohirin (dikutip di Damayanti, 2012) mengatakan bahwa suatu cara memberikan bantuan kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok merupakan sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa, yang

diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan ini bagi dirinya sendiri.

Sukardi mendefinisikan Bimbingan kelompok sebagai layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu terutama dari pembimbing/konselor yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan (Damayanti, 2012).

Dari pengertian bimbingan kelompok yang telah dipaparkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah proses pemberian informasi dan bantuan yang diberikan oleh seorang guru pada sekelompok individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu, dan didalam kegiatan bimbingan kelompok individu saling berinteraksi, mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, saran, dan sebagainya, sehingga individu dapat mencapai perkembangan secara optimal. Bimbingan kelompok menekankan pada proses berinteraksi dan berkomunikasi kelompok untuk memperoleh kepuasan pribadi.

Model bimbingan kelompok diperlukan untuk pengembangan diri siswa dengan dukungan seluruh pemangku kepentingan yang relevan yaitu (kementerian pendidikan, psikolog, dan konselor sekolah) dengan segala upayanya yang dilakukan sungguh-sungguh untuk mendorong

pengembangan diri siswa secara holistik dan seimbang baik meliputi potensi fisik, emosional, spiritual dan intelektual (Arip, Bakar, Ahmad, 2013)

b. Tujuan Bimbingan Kelompok

Secara umum layanan ini bertujuan agar siswa dapat mengembangkan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi. Secara lebih khusus bertujuan mendorong pengembangan pikiran, perasaan, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, artinya meningkatkan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal para siswa. Layanan ini lebih bersifat prefentif.

Manfaat bimbingan kelompok menurut Sukardi (di kutip di Tohirin, 2011) yaitu:

1. Diberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya.
2. Memiliki pemahaman yang obyektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan.
3. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok.
4. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dukungan terhadap yang baik.

5. Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana yang mereka programkan semula.

c. Fungsi Bimbingan Kelompok

Fungsi layanan bimbingan kelompok adalah fungsi pengembangan, pencegahan, dan pengentasan. Fungsi pengembangan adalah berguna untuk mengembangkan keseluruhan potensi peserta layanan terutama keterampilan sosialisasi dan komunikasi, peserta diberi kesempatan untuk menyampaikan gagasan, pandangan ataupun pendapat terhadap permasalahan yang dibahas, dengan demikian anggota kelompok bisa belajar dan memperlancar komunikasi agar menjadi efektif. Fungsi pencegahan berguna untuk mencegah timbulnya permasalahan pada peserta kelompok. Pembahasan mengenai permasalahan hingga didapati penyelesaian dari masalah dan akan memberikan pengalaman kepada mereka dalam bertindak khususnya berkaitan dengan bidang permasalahan yang dibahas. Sedangkan fungsi pengentasan berguna untuk mengentaskan permasalahan, dan semua bentuk tindakan dalam kelompok akan bermuara pada penyelesaian suatu permasalahan dengan memanfaatkan dinamika kelompok. (Telaumbanua, Lase & Zebua, 2024)

d. Jenis-Jenis Bimbingan Kelompok

Menurut (Prayitno & Amti, 2004) ada bermacam-macam kelompok, yaitu:

1. Kelompok primer dan kelompok sekunder, yaitu: kelompok primer diwarnai oleh hubungan pribadi secara akrab dan kerjasama yang terus menerus diantara para anggotanya. Kelompok sekunder didasarkan pada kepentingan-kepentingan tertentu yang mewarnai arah kegiatan dan gerak gerik kelompok itu.
2. Kelompok sosial dan kelompok psikologikal, yaitu: jenis-jenis kelompok ini dibedakan terutama sekali atas dasar tujuan pokok yang ingin dicapai.
3. Kelompok terorganisasikan dan kelompok tidak terorganisasikan, yaitu: dalam suatu kelompok yang terorganisasikan masing-masing anggota memainkan peranan yang persamaan, perbedaan dan kaitan yang satu dengan yang lainnya jelas dan tegas, untuk mencapai tujuan bersama.
4. Kelompok formal dan kelompok informal, yaitu: kelompok formal biasanya terbentuk berdasarkan tujuan dan aturan tertentu yang bersifat resmi (dan tertulis).

e. Tahap-tahap Bimbingan Kelompok

1. Tahap pembentukan, yaitu tahapan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama.

2. Tahap peralihan, yaitu tahapan untuk mengalihkan kegiatan kelompok kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.
3. Tahap kegiatan, yaitu tahapan ‘kegiatan inti’ untuk membahas topik-topik tertentu.
4. Tahap penyimpulan, yaitu tahapan kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok. Peserta kelompok diminta melakukan refleksi berkenaan dengan kegiatan pembahasan yang baru saja diikuti.
5. Tahap penutupan, yaitu merupakan tahap akhir dari seluruh kegiatan. Kelompok merencanakan kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya dan salam hangat perpisahan.

4. Dukungan sosial teman sebaya Teman Sebaya dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan

Menurut House (dikutip di Smet, 1994) dukungan sosial teman sebaya merupakan hubungan interpersonal yang di dalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosional, penghargaan dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan. Masing-masing dukungan tersebut memiliki manfaat bagi si penerima nantinya. Sehingga dapat membantu siswa dalam mengatasi masalahnya yaitu mengurangi stress, kecemasan atau berbagai tekanan lainnya. Apabila siswa di sekolah mendapat cukup banyak dukungan sosial teman sebaya

dari lingkungannya terutama teman sebaya di sekolah dalam bentuk apapun akan membuatnya mampu mengembangkan kepribadian yang sehat dan memiliki pandangan positif, sehingga dirinya memiliki kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan.

Menurut Bukowski (1996) teman sebaya adalah seseorang yang memainkan peran penting dalam kehidupan remaja. Relasi dengan kawan sebaya mengalami perubahan penting selama masa remaja, termasuk perubahan dalam persahabatan, kelompok teman sebaya, serta masa awal relasi romantis. Teman sebaya dapat mempengaruhi individu dalam melakukan penyesuaian diri. Kasih sayang dari teman sebaya akan dapat menumbuhkan rasa aman, nyaman dan percaya diri, sehingga terjadi penyesuaian diri yang baik. Tidak adanya dukungan sosial dari teman sebaya menjadikan individu lebih cenderung tidak mempunyai banyak teman sehingga terjadinya penyesuaian diri yang tidak baik.

Dukungan sosial teman sebaya biasanya terjadi dalam interaksi sehari-hari dari remaja tersebut. Misalnya melalui hubungan akrab yang dijalani remaja bersama teman sebayanya melalui suatu perkumpulan di kehidupan sosialnya. Maka dari itu dukungan sosial teman sebaya (*peer social support*) sangatlah membantu menangani kesulitan yang sulit mereka hadapi di sekolah maupun di pesantren. Dukungan teman sebaya dibutuhkan ketika individu merasa stres ataupun ketika individu dalam kondisi normal, karena adanya dukungan sosial teman sebaya pada

kondisi normal dapat mencegah terjadinya stres pada individu. Dukungan dari teman sebaya diharapkan dapat membantu membangun kepercayaan dan keyakinan siswa ketika bersosialisasi dan berkomunikasi dengan teman-teman yang baru dikenal. Peneliti tertarik meneliti fenomena ini karena mengingat betapa pentingnya penyesuaian diri santri baik dengan dirinya sendiri maupun dengan lingkungan dan peraturan di pesantren untuk menciptakan hubungan yang harmonis dalam kehidupannya

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian relevan adalah penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti lain sebelumnya. Tujuannya yaitu sebagai bahan rujukan bagi peneliti selanjutnya untuk membandingkan antara peneliti yang satu dengan lainnya:

Berdasarkan hasil penelusuran yang sudah dilakukan, terdapat beberapa penelitian yang berkaitan dengan bimbingan kelompok dan penyesuaian diri di antaranya sebagai berikut:

1. Penelitian Pratama dan Partini (2023). yang berjudul “Peran Efikasi Diri dan Dukungan sosial teman sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Santri MTS Pondok Pesantren Pabelan Magelang”. Persamaan penelitian terdahulu dan penelitian ini menggunakan konsep yang sama yakni konsep dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri siswa santri. Selain itu penelitian terdahulu dan penelitian ini juga sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif. Perbedaan

penelitian terdahulu menggunakan kuantitatif pendekatan korelasional.

Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif eksperimen.

2. Artikel karya Zahro (2024). yang berjudul “Pengaruh Dukungan sosial teman sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Santri Kelas 7 di SMP Islam Excellent As Syafi’ah Nganjuk”. Jurnal ini membahas tentang pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri santri kelas 7 di SMP Islam Excellent As Syafi’ah Nganjuk. Dari hasil penelitian, peneliti mengatakan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial teman sebaya yang signifikan terhadap penyesuaian diri santri baru siswa kelas 7 SMP Islam Excellent As Syafi’ah. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah sama-sama menggunakan konsep yang sama menggunakan dua variabel yakni dukungan sosial teman sebaya yang akan menjadi variabel bebas dan penyesuaian diri yang akan menjadi variabel terikat. Metode penelitian ini juga sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif, Perbedaan penelitian terdahulu menggunakan kuantitatif pendekatan korelasional, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif eksperimen.
3. Penelitian Melati (2023). yang berjudul “Hubungan Dukungan sosial teman sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau (Studi Deskripsi Korelasi pada Mahasiswa Baru Angkatan 2023 Prodi BK Universitas Sanata Dharma Yogyakarta)”. Penelitian ini membahas bagaimana hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau. Dari hasil penelitian,

peneliti mengatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis. Persamaan penelitian terdahulu dan penelitian ini adalah membahas dukungan sosial teman sebaya, sedangkan perbedaannya adalah jurnal ini tidak membahas penyesuaian diri.

4. Penelitian Putu Indah Sukasari (2024). yang berjudul “Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri di Sekolah pada Siswa SMP Kelas 7 di Kecamatan Tabanan” Perbedaan penelitian terdahulu analisis data menggunakan uji t sedangkan penelitian ini analisis data menggunakan anova satu arah.
5. Artikel Diandra Shafira Maharania (2024). yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja” Persamaan penelitian terdahulu terletak pada kesamaan variabel yang diteliti, yaitu dukungan sosial teman sebaya dan penyesuaian diri siswa, serta kesamaan subjek penelitian yang umumnya adalah siswa SMP atau remaja usia sekolah dengan pendekatan kuantitatif. Selain itu, seluruh penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki peran positif terhadap penyesuaian diri siswa. Perbedaan penelitian terdahulu terdapat pada tujuan penelitian, desain penelitian yang digunakan (korelasional dan eksperimen), konteks dan lokasi penelitian, serta teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hubungan atau efektivitas antarvariabel.

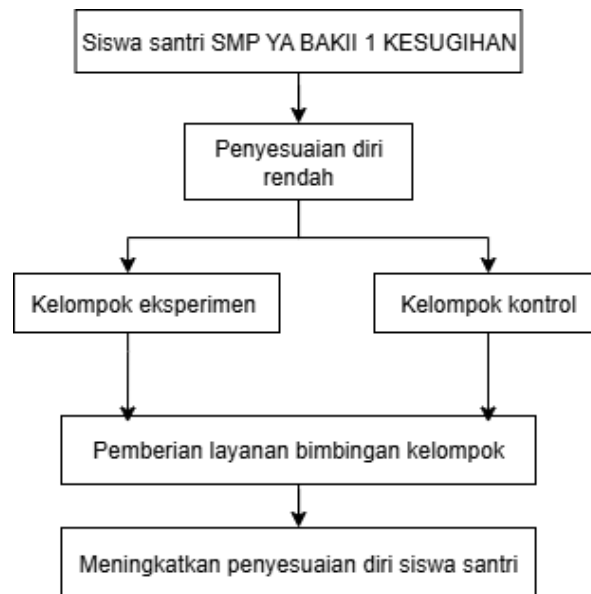
C. Kerangka Pikir

Sugiyono (2014) berpendapat bahwa peneliti wajib menguasai semua teori ilmiah sebagai bahan dasar dalam menyusun kerangka pemikiran yang menimbulkan hasil hipotesis, sedangkan kerangka pemikiran sendiri yaitu penjelasan yang bersifat sementara terhadap sesuatu yang menjadi objek permasalahan. Sehingga dalam penelitian ini kerangka pikir dapat digunakan untuk mendeskripsikan kondisi siswa sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Santri yang belum mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok masih memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah, dengan mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok diharapkan siswa mampu meningkatkan penyesuaian diri dengan lingkungannya. Berdasarkan pernyataan di atas penulis mengambil judul “Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan”.

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang melibatkan respons-respons mental dan perbuatan dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik secara sukses, serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan diri dengan norma atau tuntutan lingkungan di mana ia hidup. Tujuan dari usaha ini adalah untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan darinya oleh lingkungan di mana ia tinggal (Schneiders, 1964).

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperimental design* dengan bentuk *Nonquivalent Control Group Design*. Pada desain ini, terdapat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak di pilih secara random. karena pada kenyataannya penelitian ini tidak dapat mengontrol sepenuhnya variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. Kelompok eksperimen yaitu kelompok yang memperoleh perlakuan strategi pembelajaran dukungan sosial teman sebaya, sedangkan kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak memperoleh perlakuan. Desain eksperimen ini digunakan bertujuan untuk menemukan atau mengetahui pengaruh dari suatu tindakan terhadap kelompok tertentu. Setelahnya hasil dari penelitian ini akan dibandingkan dengan kelompok lain yang mendapat tindakan berbeda.

Konsep yang sudah dijelaskan di atas bisa digambarkan seperti di bawah ini:



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

D. Hipotesis Penelitian

Sugiyono (2017) menyatakan hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang kebenarannya masih harus dibuktikan melalui pengumpulan dan analisis data. Hipotesis terdiri atas hipotesis alternatif (H_a) dan hipotesis nol (H_o). Hipotesis alternatif menunjukkan adanya dugaan sesuai dengan tujuan penelitian, sedangkan hipotesis nol menunjukkan tidak adanya dugaan tersebut (Taulabi, 2013).

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan penelitian, teori yang telah diuraikan, serta kerangka pemikiran, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hipotesis alternatif (H_a)

Terdapat efektivitas dukungan sosial teman sebaya dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan.

2. Hipotesis nol (H_0)

Tidak terdapat efektivitas dukungan sosial teman sebaya dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan..

BAB III

METODE PENELITIAN

Penelitian kuantitatif menjadi landasan kokoh bagi pemahaman mendalam terhadap fenomena yang dapat diukur secara angka. Dalam penelitian ini, kita akan menjelajahi metode-metode kuantitatif yang dapat diaplikasikan untuk memahami dan menganalisis data dengan pendekatan ilmiah. Penelitian kuantitatif memberikan kekuatan untuk menerjemahkan kompleksitas dunia nyata ke dalam angka-angka yang dapat diolah, membuka pintu luas bagi pengembangan pengetahuan dan pemecahan masalah. Dengan menggunakan pendekatan ini, peneliti dapat mengeksplorasi hubungan antar variabel, mengidentifikasi pola-pola dan membuat generalisasi yang kuat untuk mendukung temuan mereka. Sweeney & Williams (2016).

Metode penelitian kuantitatif, sebagaimana dikemukakan oleh Sugiyono (2024) dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, dengan teknik pengambilan sampel yang pada umumnya dilakukan secara acak. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen penelitian, sedangkan analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Metode penelitian yaitu suatu hal yang sangat penting dalam suatu penelitian. Dalam metode penelitian menjelaskan tentang urutan suatu penelitian yang dilakukan, yaitu dengan teknik dan prosedur bagaimana suatu

penelitian akan dilaksanakan. Hal penting yang harus diperhatikan bagi peneliti yaitu taat dalam menggunakan metode yang sesuai dengan obyek penelitian dan tujuan yang akan dicapai supaya penelitian bisa berjalan dengan baik dan terarah

A. Jenis Penelitian

Menurut Sugiyono (2024), jenis penelitian merupakan pengelompokan penelitian berdasarkan tujuan, tingkat kealamiah objek yang diteliti, serta pendekatan metode yang digunakan, yang meliputi penelitian eksploratif, deskriptif, dan verifikatif. Pengelompokan jenis penelitian tersebut bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam menentukan desain penelitian yang sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian.

Pengumpulan data dalam penelitian kuantitatif dengan menggunakan instrumen guna mengamati objek yang diteliti. Dalam proses penelitian kuantitatif ada 4 hal yang perlu diperhatikan yaitu pengujian hipotesis, populasi dan sampel, instrumen penelitian dan analisis statistik Kusumawati (2015).

Metode penelitian eksperimen merupakan salah satu dari macam-macam metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif ini dilakukan untuk menguji efektif atau tidaknya variabel eksperimen. Penelitian eksperimen biasanya lebih banyak digunakan dalam bidang eksak. Ada dua jenis penelitian eksperimen, semu dan sungguhan. Metode eksperimen semu digunakan dalam evaluasi untuk memperoleh informasi yang merupakan perkiraan yang dapat diperoleh data sebenarnya. Macam-macam metode penelitian kuantitatif

seperti eksperimen ini biasanya digunakan dalam kondisi yang tidak memungkinkan untuk mengontrol dan/ atau memanipulasikan variabel yang relevan.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian: SMP Ya BAKII 1 Kesugihan Cilacap dipilih karena peneliti sudah melakukan observasi terhadap lingkungan sekolah dan wawancara mendalam kepada guru dan siswa. Selain itu, sekolah ini memiliki karakteristik siswa yang sesuai dengan fokus penelitian mengenai penyesuaian diri. Selain itu, pihak sekolah bersedia memberikan dukungan dan fasilitas yang diperlukan selama penelitian, sehingga mempermudah pengumpulan data secara efektif dan efisien.
2. Waktu Penelitian:

Tabel 3.1 Waktu Penelitian

No	Kegiatan	Mei	Juni	Juli	Agustus	September
1.	Penyusunan proposal skripsi	✓	✓	✓	✓	✓
2.	Observasi Awal	✓				
3.	Wawancara Guru BK	✓				
4.	Wawancara Siswa			✓		

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Sugiyono (2024) mendefinisikan populasi sebagai wilayah generalisasi yang ada dalam penelitian. Wilayah ini meliputi tentang objek atau subjek yang bisa ditarik kesimpulannya. Populasi adalah semua anggota kelompok manusia, binatang, peristiwa, atau benda yang tinggal bersama dalam suatu tempat secara terencana menjadi kesimpulan dari hasil akhir suatu penelitian. Populasi dapat berupa guru, siswa, kurikulum, fasilitas, lembaga sekolah, hubungan sekolah dan masyarakat, karyawan perusahaan, jenis tanaman hutan, jenis padi, kegiatan marketing, hasil produksi dan sebagainya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga dapat organisasi, binatang, hasil karya manusia dan benda-benda alam yang lain.

Berdasarkan pendapat yang sudah dijelaskan di atas maka yang menjadi rujukan populasi dalam penelitian ini adalah sekelompok siswa yang berstatus santri di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Pengambilan subyek dalam penelitian ini yaitu siswa yang berstatus menjadi santri baru karena mereka masih berada pada tahap penyesuaian diri dengan lingkungan baru. Populasi seluruh siswa baru adalah 100 siswa yang terbagi menjadi empat kelas SMP putri.

2. Sampel

Sampel secara sederhana diartikan sebagai bagian dari populasi yang menjadi sumber data yang sebenarnya dalam suatu penelitian. Dengan kata lain, sampel adalah sebagian dari populasi untuk mewakili

seluruh populasi. Sampel mengacu pada subdivisi populasi yang dipilih untuk tujuan observasi atau penelitian. Pemanfaatan sampel memungkinkan peneliti membuat generalisasi yang lebih efisien dan hemat biaya dari sampel ke populasi. Meskipun demikian, pemilihan sampel yang cermat sangat penting untuk memberikan gambaran yang tepat tentang keseluruhan populasi. Penggunaan sampel yang tidak representatif berpotensi menimbulkan ketidakakuratan dalam ekstrapolasi hasil penelitian. Berbagai metode pengambilan sampel tersedia, meliputi sampel acak dan sampel bertingkat. Pilihan teknik pengambilan sampel yang sesuai akan bergantung pada karakteristik populasi, tujuan penelitian, dan ketersediaan sumber daya.

Untuk melakukan penelitian ini, peneliti menggunakan metode *sampling purposive*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu Sugiyono (2024). Dalam teknik ini, sampel yang akan diambil menjadi anggota sampel yang berdasarkan pertimbangan pengumpulan data yang sesuai dengan maksud dan tujuan dari penelitian itu sendiri sehingga dapat menjawab permasalahan penelitian. Adapun sampel yang diambil pada penelitian ini ialah siswa yang mempunyai tingkat penyesuaian diri rendah. Dan dari metode pengambilan sampel yang digunakan jumlahnya adalah 16 siswa.

D. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan desain penelitian berupa *quasi eksperimental desain* dengan bentuk *Nonivalent Control Group*

Desain Karena pada kenyataannya penelitian ini tidak dapat mengontrol sepenuhnya variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. Pada desain ini, kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak di pilih secara random. Kelompok eksperimen merupakan kelompok yang memperoleh perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok yang dirancang untuk memfasilitasi dukungan sosial teman sebaya, sedangkan kelompok kontrol merupakan kelompok yang tidak memperoleh perlakuan tersebut.

E. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2024) Dalam suatu penelitian terdapat variabel yang merupakan permasalahan yang ada dalam penelitian. Pengertian variabel penelitian adalah suatu karakteristik atau atribut dari individu atau organisasi yang dapat diukur atau diobservasi yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dijadikan pelajaran dan kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas (*independent variabel*) dan variabel terikat (*dependent variabel*). Penelitian yang dilakukan terdapat variabel yang harus ditetapkan sebelum memperoleh atau mulai pengumpulan data. Operasionalisasi variabel diperlukan untuk menentukan jenis, indikator, serta skala dari variabel-variabel yang terkait dalam penelitian.

Menurut Sugiyono (2024) hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain maka variabel dalam penelitian ini dibedakan menjadi:

1. Variabel bebas variabel bebas (*independent variable*) merupakan variabel yang (mungkin) menyebabkan, memengaruhi, atau berefek pada *outcome* (Creswell, 2016). Variabel bebas (*independent variable*) dalam penelitian ini adalah dukungan sosial teman sebaya. Operasionalisasi variabel tersebut diwujudkan melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sebagai bentuk perlakuan (*treatment*) yang bertujuan memfasilitasi terbentuknya dukungan sosial teman sebaya antarteman sebaya selama proses penelitian.
2. Variabel terikat variabel terikat (*dependent variable*) merupakan variabel yang bergantung pada variabel bebas. Variabel terikat ini merupakan *outcome* atau hasil dari pengaruh variabel bebas (Creswell, 2016). Yang dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah “penyesuaian diri”

Berdasarkan uraian di atas mengenai judul penelitian ini yaitu “Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan” yang didalamnya mencakup dua variabel yaitu variabel X (bebas) berupa dukungan sosial teman sebaya dan variabel Y (terikat) berupa penyesuaian diri. Dalam penelitian ini, layanan bimbingan kelompok tidak diposisikan sebagai variabel penelitian, melainkan sebagai prosedur perlakuan yang digunakan untuk memfasilitasi dukungan sosial teman sebaya pada kelompok eksperimen.

F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Adapun teknik yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan metode angket. Angket merupakan metode pengumpulan data dengan menggunakan daftar pertanyaan tertulis yang dijadikan bahan untuk mendapatkan informasi dari subyek penelitian mengenai laporan tentang kepribadiannya (Arikunto, 2013). Metode angket yang akan dilakukan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan daftar pertanyaan agar mendapatkan jawaban-jawaban dari subyek penelitian yang dibutuhkan peneliti. Metode angket digunakan untuk mendapatkan data tentang tingkat penyesuaian diri siswa di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan Cilacap.

Sehingga angket yang digunakan dalam penelitian yang berjudul “Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan” menjelaskan mengenai instrumen penyesuaian diri menurut Schneiders yang kemudian diadaptasi oleh Dita Novita Sari (2023). Sebagaimana rincian skala penyesuaian diri pada table 3.1.

Tabel 3.2 Blueprint Penyesuaian Diri

Aspek	Indikator/Faktor	Sebaran Item		Jumlah
		F	UF	
<i>Adaptation</i> (Penyesuaian diri sebagai adaptasi)	Berpakaian sesuai dengan keadaan lingkungan		1	1

	Membuka diri untuk ilmu pengetahuan baru	10, 14, 22	11	4
Conformity (Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas)	Menghormati dan melestarikan kebudayaan yang ada	4,8,12	5	4
	Mematuhi norma yang berlaku	3,20	7,13,16,18,19,21	8
Mastery (Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan)	Mengembangkan diri agar menjadi pribadi yang lebih terkendali dan terarah	2	6,15	3
	Menyesuaikan diri dengan kenyataan secara efektif dan efisien	17	9	2
	Mampu memanipulasi faktor-faktor lingkungan dengan baik	23		1
Jumlah		11	12	23

Ada 4 jawaban alternatif yang dipakai yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai) dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Adapun 4 tolak ukur jawaban angket yaitu:

Tabel 3.3 Tolak Ukur Jawaban Angket

Alternatif Jawaban	Skor	
	Favorable (+)	Unfavorable (-)
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat Tidak Sesuai	1	4

G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Validitas

Validitas merupakan kunci penting dalam menyusun penelitian yang efektif. Apabila sebagian dari penelitian tidak valid, itu berarti penelitian tersebut tidak bernilai. Validitas adalah syarat untuk sebuah penelitian. Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan atau kevalidan sebuah instrumen. Artinya suatu instrumen yang valid atau sahih mempunyai validitas yang tinggi. Begitupun sebaliknya, jika instrumen tersebut kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah. (Lumaauridlo, 2019)

Rumus product moment yang digunakan sebagai berikut :

$$r_{ix} = \frac{\sum iX - (\sum i)(\sum X)}{\sqrt{[n\sum t^2 - (\sum t)^2][n\sum X^2 - (\sum X)^2]}}$$

Keterangan:

r_{ix} = Indeks daya beda atau korelasi item soal

i = Skor item

x = Skor skala

n = Jumlah responden

Adapun nantinya butir soal yang digunakan dalam penelitian ini

Adalah yang nilai *Corrected item-total correlation* di atas 0,361.

2. Reliabilitas

Sugiyono (2017) Reliabilitas yaitu menunjukkan sejauh mana alat ukur bisa dipercaya dan diandalkan, serta mengukur sejauh mana alat ukur bisa konsisten jika dilakukan beberapa kali terhadap gejala yang sama. Suatu tes bisa dikatakan reliabilitas tinggi jika tesnya memberikan data yang sama walaupun diberikan kepada responden yang sama dengan waktu yang berbeda. Berikut merupakan cara yang digunakan untuk mengetahui reliabilitas dalam penelitian ini yaitu menggunakan rumus *Alpha Cronbach* di mana alat ukurnya merupakan bagian butir pertanyaan yang konsisten.

$$\infty = \left(\frac{k}{k-1}\right)\left(1 - \frac{\sum \sigma_1^2}{\sigma_t^2}\right)$$

Keterangan :

∞ = Koefisien reliabilitas

k = Banyaknya butir pertanyaan dalam instrument

σ_1^2 = Varians perbedaan skor dua belahan

σ_t^2 = Varians total

Langkah selanjutnya adalah menafsirkan angka koefisien reliabilitas. Sedangkan untuk mengetahui tingkat keandalannya berpedoman pada penggolongan berikut ini:

- a. Antara 0,800 sampai dengan 1,000 = sangat tinggi
- b. Antara 0,600 sampai dengan 0,800 = tinggi
- c. Antara 0,400 sampai dengan 0,600 = cukup

d. Antara 0,200 sampai dengan 0,400 = rendah

e. Antara 0,000 sampai dengan 0,200 = sangat rendah

Dalam menghitung koefisien keandalan setelah uji keshahihan setiap butir soal. Dari hasil uji validitas tersebut dapat diketahui butir soal yang dinyatakan shahih. Butir soal yang dinyatakan shahih adalah butir soal yang diuji reliabilitasnya di mana instrumen dapat dikatakan reliabel ketika harga r hitung lebih besar atau sama dengan r table ($r \text{ hitung} \geq r \text{ tabel}$). Dan untuk instrumen yang dikatakan tidak reliabel yaitu ketika harga r hitung lebih kecil dari r tabel ($r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$).

H. Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi sehingga dapat dipahami dengan jelas dan hasilnya dikomunikasikan kepada orang lain (Sugiyono, 2014). Berdasarkan masalah yang diteliti di sini yaitu teknik konseling dukungan sosial teman sebaya (variabel X) dan penyesuaian diri (variabel Y), maka teknik analisis data yang digunakan untuk menganalisis data di atas yaitu dengan teknik analisis inferensial. Analisis inferensial merupakan teknik analisis yang digunakan untuk menganalisis data sampel dan hasilnya diberlakukan untuk populasi yang jelas (Sugiyono, 2014).

Dalam penelitian ini metode analisis data yang digunakan adalah metode analisis varians (Anova). Analisis varians (Anova) merupakan metode untuk mengkaji hubungan antara satu variabel *dependent* yang berbentuk *metric* dengan satu atau lebih variabel *independent* yang berbentuk non-metrik atau kategorial (Ghozali, 2016). Analisis varians yang digunakan adalah analisis varians satu arah (*one way anova*).

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum SMP Ya BAKII 1 Kesugihan

Sejarah SMP Ya BAKII 1 Kesugihan berawal dari pertemuan sejumlah tokoh Islam, yaitu KH. Achmad Mustholih Badawi, KH. Abdul Wahab, KH. Syaifulloh Muhsin, Kyai Dimyati, KH. Ahmad Thoha Murtadlo, dan KH. Chasbullah Badawi pada tanggal 1 Sya'ban 1387 H atau bertepatan dengan 30 November 1967. Pertemuan tersebut dilaksanakan di kediaman Ibu Nyai Hj. 'Aisyah, istri KH. Badawi Hanafi, dengan tujuan membahas kebutuhan pendidikan lanjutan bagi lulusan SD dan madrasah yang selama ini harus melanjutkan pendidikan ke Cilacap atau Maos. Hasil musyawarah tersebut menghasilkan keputusan untuk mendirikan sekolah lanjutan tingkat pertama di wilayah Kesugihan.

Sebagai tindak lanjut dari keputusan tersebut, pada tanggal 1 Januari 1968 didirikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) Mualimat BAKTI (Badan Amal Kesejahteraan Tarbiyatul Islamiyah). Pada tahun pertama, sekolah ini menerima 30 peserta didik yang terbagi ke dalam dua kelas. Namun, pada tahun kedua jumlah pendaftar mengalami penurunan karena masih terdapat berbagai keterbatasan sarana dan prasarana. Meskipun demikian, sekolah berhasil membangun gedung sendiri meskipun masih sederhana dengan pagar bambu dan lantai tanah.

Setelah memiliki gedung sendiri, kegiatan pembelajaran tidak lagi berpindah-pindah atau menumpang di tempat lain. Pada masa awal perkembangannya, SMP tersebut mengikuti ujian negara dengan mengikutsertakan peserta didik dalam dua jenis ujian, yaitu Ujian Negara SMP dan Ujian Negara Tsanawiyah. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa dari 34 peserta didik SMP (putra), sebanyak 8 siswa dinyatakan lulus atau sekitar 25%, sedangkan dari 28 peserta didik Tsanawiyah (putri), sebanyak 18 siswa lulus atau sekitar 66%.

Perkembangan lembaga pendidikan ini semakin kuat dengan berdirinya Yayasan Badan Amal Kesejahteraan Ittihadul Islamiyah (Ya BAKII) pada tanggal 11 Desember 1971. Yayasan tersebut mendapat dukungan dari para tokoh masyarakat dan ulama setempat serta menaungi 16 SDI/MI, SMP Bakti, dan 5 pondok pesantren. Selanjutnya, seluruh lembaga pendidikan yang berada di bawah naungan yayasan sepakat menyatukan identitas sekolah dengan menggunakan nama Ya BAKII. Oleh karena itu, sejak awal tahun 1972 nama SMP BAKTI secara resmi berubah menjadi SMP Ya BAKII.

Saat ini, Yayasan BAKII (Badan Amal Kesejahteraan Ittihadul Islamiyah) membawahi berbagai lembaga pendidikan yang tersebar di Kabupaten Cilacap dan Banyumas, mulai dari jenjang PAUD, TK, MI, SMP, MTs, SMA, MA, SMK hingga perguruan tinggi.

Profil SMP Ya BAKII 1 Kesugihan meliputi:

- 1) NPSN: 20300571
- 2) Jenjang Pendidikan: SMP

- 3) Kepala sekolah: Mohammad Nikmatulloh
- 4) Operator: Mohamad Saqif
- 5) Akreditasi: A
- 6) Kurikulum: Kurikulum Merdeka
- 7) Jam belajar: pagi/6hari
- 8) luas tanah: 9.224 m²
- 9) Telepon: (0282) 6181092
- 10) Provinsi: Jawa Tengah
- 11) Kota/Kabupaten: Cilacap
- 12) Kecamatan: Kesugihan
- 13) Kelurahan: Kesugihan Kidul
- 14) Email: smpyabakii1@yahoo.co.id
- 15) Website: <http://speyasa.blogspot.com>.
- 16) SK Pendirian: Nomor 09/Yabakii/A.1271/1/72
- 17) Tanggal SK Pendirian: 1 Januari 1968
- 18) SK Operasional: 45/BMS/B/1970
- 19) Tanggal SK Operasional: 28 Mei 1970.

a. Letak Geografis

Secara geografis, SMP Ya BAKII 1 Kesugihan berada pada lokasi yang strategis karena terletak di dekat jalan raya. Adapun koordinat geografis sekolah berada pada lintang -7,661997 dan bujur 109,022827. SMP Ya BAKII 1 Kesugihan sendiri beralamatkan di Jl. Raya Kesugihan No.135, Kesugihan,

Cilacap, Jawa Tengah. SMP Ya BAKII 1 Kesugihan memiliki tanah seluas 9,224 m².

b. Visi dan Misi SMP Ya BAKII 1 Kesugihan

1) Visi

“Mewujudkan lulusan yang unggul dalam prestasi, terpuji dalam budi pekerti”

2) Misi

- (a) Peserta didik yang unggul dalam prestasi akademik
- (b) Peserta didik yang unggul dalam kegiatan keolahragaan
- (c) Peserta didik yang unggul dalam kegiatan keterampilan
- (d) Peserta didik yang memiliki perilaku yang mencerminkan sikap beriman dan bertakwa kepada Allah SWT.
- (e) Peserta didik yang memiliki perilaku disiplin, santun, jujur, peduli, percaya diri, bertanggung jawab dan tidak melakukan perundungan

2. Pelaksanaan Penelitian

Hasil penelitian yang telah dilaksanakan dan dianalisis data dalam pembahasan tentang efektivitas dukungan sosial teman sebaya dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan.

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan dengan memanfaatkan layanan bimbingan kelompok sebagai bentuk perlakuan untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7. Penelitian ini diharapkan dapat

membantu siswa santri yang memiliki tingkat penyesuaian diri rendah agar mampu beradaptasi dengan lebih baik terhadap lingkungan sekolah dan pesantren.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 16 siswa santri kelas 7 SMP Ya BAKII 1 Kesugihan yang berdasarkan hasil penyebaran angket memiliki tingkat penyesuaian diri rendah. Selanjutnya, 16 sampel tersebut dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 8 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 8 siswa sebagai kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan layanan bimbingan kelompok, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan layanan tersebut.

Sebelum pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, seluruh sampel diberikan angket pretest untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri awal. Setelah seluruh rangkaian layanan selesai dilaksanakan, sampel kembali diberikan angket posttest. Pemberian pretest dan posttest bertujuan untuk mengetahui perubahan tingkat penyesuaian diri siswa santri sebelum dan sesudah perlakuan, serta untuk mengukur efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 SMP Ya BAKII 1 Kesugihan.

Tabel 4.1 Descriptive Statistic

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Nilai	16	59	88	73.87	7.691
Valid N (listwise)	16				

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa jumlah responden penelitian (N) sebanyak 16 siswa, terdiri atas 8 siswa kelompok eksperimen dan 8 siswa kelompok kelompok kontrol. Nilai minimum yang diperoleh adalah 59, sedangkan nilai maksimum sebesar 88. Rata-rata (mean) skor penyesuaian diri sebesar 73,87 dengan standar deviasi sebesar 7,691. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata tingkat penyesuaian diri responden berada pada skor 73,87 dengan tingkat penyebaran data yang relatif baik. Selain itu, seluruh data responden dapat dianalisis karena nilai Valid N (listwise) menunjukkan seluruh responden memenuhi syarat untuk dianalisis.

Tabel 4.2 Kategori Penyesuaian Diri

KATEGORI	SKOR
Sangat Tinggi	83 – 88
Tinggi	77 – 82
Sedang	71 – 76
Rendah	65 – 70
Sangat Rendah	59 – 64

Berdasarkan tabel di atas, tingkat penyesuaian diri siswa diklasifikasikan ke dalam lima kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Kategori sangat tinggi berada pada rentang skor 83–88, kategori tinggi pada rentang skor 77–82, kategori sedang pada rentang skor 71–76, kategori rendah pada rentang skor 65–70, sedangkan kategori sangat rendah berada pada rentang skor 59–64. Pengelompokan kategori tersebut bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam

menginterpretasikan tingkat penyesuaian diri siswa berdasarkan skor yang diperoleh dari hasil pengukuran. Selain itu, kategori ini digunakan sebagai dasar untuk mengidentifikasi tingkat penyesuaian diri responden pada saat pretest maupun posttest, sehingga perubahan tingkat penyesuaian diri setelah diberikan perlakuan dapat dianalisis secara lebih sistematis.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dalam upaya meningkatkan penyesuaian diri siswa santri dilakukan melalui beberapa tahapan kegiatan, yaitu sebagai berikut:

1. Data Deskriptif Pretest

1) Hasil pretest dan posttest kelas eksperimen

Pretest dilaksanakan untuk memperoleh informasi mengenai kondisi awal peserta didik sebelum diberikan perlakuan. Adapun hasil pretest dan posttest penyesuaian diri pada kelompok eksperimen disajikan pada tabel berikut.

Tabel 4.3 Hasil Pre Test Post Test Kelas Eksperimen

NO	NAMA	PRE-TEST		POST-TEST	
		SKOR	KATEGORI	SKOR	KATEGORI
1	AHZ	69	Rendah	75	Sedang
2	AKE	73	Sedang	88	Sangat Tinggi
3	CA	67	Rendah	79	Tinggi
4	HNR	64	Sangat Rendah	68	Rendah
5	NAS	59	Sangat Rendah	69	Rendah
6	VRA	69	Rendah	85	Sangat Tinggi
7	WMM	62	Sangat Rendah	66	Rendah
8	ZZA	68	Rendah	75	Sedang
	Jumlah	531		605	
	Rata-rata	66.375	Rendah	75.625	Sedang

Berdasarkan Tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebelum diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok, terdapat 3 siswa yang berada pada kategori sangat rendah, 4 siswa pada kategori rendah, dan 1 siswa pada kategori sedang dalam penyesuaian diri. Nilai rata-rata pretest yang diperoleh sebesar 66,375, sehingga termasuk dalam kategori rendah.

Setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok, hasil posttest menunjukkan adanya peningkatan tingkat penyesuaian diri siswa. Terdapat 3 siswa yang berada pada kategori rendah, 2 siswa pada kategori sedang, 1 siswa pada kategori tinggi, dan 2 siswa pada kategori sangat tinggi. Nilai rata-rata posttest meningkat menjadi 75,625, sehingga termasuk dalam kategori sedang.

Berdasarkan perbandingan hasil pretest dan posttest, terjadi peningkatan rata-rata skor penyesuaian diri sebesar 9,25 poin, yaitu dari 66,375 menjadi 75,625. Selain itu, jumlah siswa yang berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi mengalami peningkatan, sedangkan siswa yang sebelumnya berada pada kategori sangat rendah tidak lagi ditemukan pada hasil posttest. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan penyesuaian diri siswa pada kelompok eksperimen.

2) Hasil pretest dan posttest kelas kelompok kontrol

Hasil pretest dan posttest pada kelas control dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.4 Hasil Pre Test Post Test Kelas Kelompok kontrol

NO	NAMA	PRE-TEST		POST-TEST	
		SKOR	KATEGORI	SKOR	KATEGORI
1	ATW	62	Sangat Rendah	86	Sangat Tinggi
2	AFJA	80	Tinggi	86	Sangat Tinggi
3	BNB	84	Sangat Tinggi	76	Sedang
4	HSE	70	Rendah	79	Tinggi
5	HM	74	Sedang	73	Sedang
6	NS	71	Sedang	79	Tinggi
7	NHS	72	Sedang	84	Sangat Tinggi
8	QAH	76	Sedang	76	Sedang
	Jumlah	589		639	
	Rata-rata	73.625	Sedang	79.875	Tinggi

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebelum diberikan perlakuan, terdapat 1 siswa yang berada pada kategori sangat rendah, 1 siswa pada kategori rendah, 4 siswa pada kategori sedang, 1 siswa pada kategori tinggi, dan 1 siswa pada kategori sangat tinggi dalam penyesuaian diri. Nilai rata-rata pretest yang diperoleh kelompok kontrol sebesar 73,625, sehingga termasuk dalam kategori sedang.

Setelah diberikan perlakuan, hasil posttest menunjukkan bahwa terdapat 2 siswa pada kategori sedang, 2 siswa pada kategori tinggi, dan 4 siswa pada kategori sangat tinggi, serta tidak terdapat lagi siswa yang berada pada kategori sangat rendah maupun rendah. Nilai rata-rata posttest meningkat menjadi 79,875, sehingga termasuk dalam kategori tinggi.

Berdasarkan perbandingan hasil pretest dan posttest, kelompok kontrol mengalami peningkatan rata-rata skor penyesuaian diri sebesar 6,25 poin, yaitu dari 73,625 menjadi 79,875. Selain itu, jumlah siswa pada kategori tinggi dan sangat tinggi juga mengalami peningkatan. Meskipun demikian, peningkatan yang terjadi pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok sehingga perubahan tersebut diduga dipengaruhi oleh faktor lain, seperti proses adaptasi alami siswa, pengalaman belajar, maupun interaksi sosial selama penelitian berlangsung.

3. Pelaksanaan Kegiatan Bimbingan Kelompok Penyesuaian Diri

1. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

1) Pertemuan Pertama

Sesi pertama dilaksanakan pada hari Senin, 18 Mei 2026. Bimbingan Kelompok dilakukan dengan anggota AHZ, AKE, CA, HNR, NAS, VRA, WMM, ZZA. Bertempat di kelas 7 G SMP Ya BAKII 1 Kesugihan dengan waktu sekitar 40 menit. Pada awal kegiatan, peneliti membuka layanan dengan mengucapkan salam dan menyampaikan terima kasih kepada seluruh anggota kelompok yang telah meluangkan waktu untuk mengikuti

kegiatan bimbingan kelompok. Kegiatan diawali dengan doa yang dipimpin oleh salah satu anggota kelompok, kemudian dilanjutkan dengan sesi pengenalan yang dimulai dari peneliti sebagai pemimpin kelompok dan diikuti oleh seluruh anggota kelompok. Setelah itu, pemimpin kelompok menjelaskan tujuan pelaksanaan bimbingan kelompok, tata tertib kegiatan, serta asas-asas yang perlu dipahami dan diterapkan selama proses layanan berlangsung. Untuk menciptakan suasana yang lebih santai dan menyenangkan, pemimpin kelompok memberikan kegiatan *ice breaking* agar anggota kelompok lebih bersemangat dan nyaman dalam mengikuti kegiatan.

Selanjutnya, pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota untuk mengikuti kegiatan inti. Setelah seluruh anggota menyatakan kesiapannya, kegiatan dilanjutkan dengan pengucapan ikrar menjaga kerahasiaan yang dipimpin oleh pemimpin kelompok. Pada tahap inti, pemimpin kelompok memperkenalkan topik pembahasan mengenai “memahami penyesuaian diri di sekolah dan pesantren”. Materi yang dibahas meliputi pentingnya menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah dan pesantren, mematuhi peraturan yang berlaku, membangun hubungan yang baik dengan teman dan guru, serta mengembangkan sikap positif dalam menghadapi berbagai perubahan lingkungan. Pemimpin kelompok kemudian memberikan penjelasan singkat mengenai konsep penyesuaian diri dan faktor-faktor yang mendukung keberhasilan penyesuaian diri di lingkungan sekolah dan pesantren.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Pada sesi ini, anggota kelompok diberikan kesempatan untuk menceritakan pengalaman mereka dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan sekolah maupun pesantren. Melalui diskusi tersebut, anggota kelompok diajak untuk mengenali berbagai tantangan yang mereka hadapi serta menemukan cara yang tepat untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Pemimpin kelompok juga membagikan pengalaman yang berkaitan dengan proses penyesuaian diri sebagai bentuk motivasi agar anggota kelompok memahami bahwa setiap individu memerlukan waktu dan usaha untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan baru.

Pada akhir kegiatan, pemimpin kelompok bersama anggota menyimpulkan hasil pembahasan yang telah dilakukan. Pemimpin kelompok juga menyampaikan rencana kegiatan pada pertemuan berikutnya serta memberikan apresiasi atas partisipasi seluruh anggota kelompok. Kegiatan kemudian ditutup dengan doa bersama dan diakhiri dengan salam penutup dari pemimpin kelompok.

2) Pertemuan Kedua

Sesi kedua, dilaksanakan pada hari Kamis, 21 Mei 2026. Bimbingan Kelompok dilakukan dengan anggota AHZ, AKE, CA, HNR, NAS, VRA, WMM, ZZA. Bertempat di kelas 7 G SMP Ya BAKII 1 Kesugihan dengan waktu sekitar 40 menit. Pada awal pertemuan, pemimpin kelompok membuka kegiatan dengan mengucapkan salam, menanyakan kabar anggota kelompok, serta menyampaikan apresiasi dan terima kasih atas

kesediaan mereka untuk kembali mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Kegiatan diawali dengan doa bersama yang dipimpin oleh salah satu anggota kelompok sebagai bentuk harapan agar kegiatan dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat bagi seluruh peserta.

Selanjutnya, pemimpin kelompok mengingatkan kembali tujuan pelaksanaan bimbingan kelompok serta menanyakan kesiapan anggota untuk mengikuti kegiatan inti. Setelah seluruh anggota menyatakan siap, pemimpin kelompok memperkenalkan topik pembahasan pada pertemuan kedua, yaitu “Dukungan Emosional dan Empati Teman Sebaya.” Pada tahap awal, pemimpin kelompok menjelaskan secara singkat mengenai pengertian dukungan emosional dan empati, pentingnya memahami perasaan orang lain, serta peran teman sebaya dalam memberikan kenyamanan, perhatian, dan bantuan ketika seseorang menghadapi masalah.

Setelah penyampaian materi, pemimpin kelompok mengajukan beberapa pertanyaan kepada anggota mengenai bentuk-bentuk dukungan emosional yang pernah mereka berikan atau terima dari teman. Anggota kelompok kemudian diberikan kesempatan untuk menyampaikan pendapat dan pengalaman masing-masing. Peserta dengan inisial AHZ menyampaikan bahwa memberikan semangat kepada teman yang sedang mengalami kesulitan merupakan bentuk dukungan emosional. Peserta AKE berpendapat bahwa mendengarkan cerita teman tanpa menghakimi dapat membuat teman merasa lebih dihargai. Peserta CA menyatakan bahwa membantu teman yang sedang sedih merupakan salah satu wujud empati.

Selanjutnya, peserta HNR mengungkapkan bahwa memberikan motivasi kepada teman dapat membantu meningkatkan kepercayaan dirinya.

Peserta NAS menjelaskan bahwa menghargai perasaan teman meskipun memiliki pendapat yang berbeda merupakan bentuk sikap empati yang penting. Peserta VRA menyampaikan bahwa menemani teman yang sedang menghadapi masalah dapat membuat mereka merasa tidak sendirian. Peserta WMM berpendapat bahwa memberikan perhatian dan menanyakan kabar teman yang sedang mengalami kesulitan juga termasuk dukungan emosional. Sementara itu, peserta ZZA pada awalnya masih ragu untuk menjawab, namun setelah diberikan dorongan oleh pemimpin kelompok, ia menyampaikan bahwa menghibur teman yang sedang sedih dapat membantu teman merasa lebih baik.

Pemimpin kelompok kemudian mengajak seluruh anggota untuk memberikan tanggapan terhadap pendapat teman-temannya. Melalui diskusi tersebut, anggota kelompok dapat memahami berbagai bentuk dukungan emosional dan empati yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan sekolah maupun pesantren. Kegiatan berlangsung dengan aktif dan anggota kelompok terlihat antusias dalam berbagi pengalaman serta memberikan masukan satu sama lain.

Pada akhir pertemuan, pemimpin kelompok menyampaikan rangkuman materi yang telah dibahas mengenai pentingnya dukungan emosional dan empati dalam membangun hubungan pertemanan yang positif. Setelah itu, pemimpin kelompok mengucapkan terima kasih atas partisipasi seluruh

anggota kelompok. Kegiatan ditutup dengan doa bersama dan diakhiri dengan salam penutup dari pemimpin kelompok.

3) Pertemuan Ketiga

Sesi ketiga, dilaksanakan pada hari senin, 25 Mei 2026. Bimbingan Kelompok dilakukan dengan anggota AHZ, AKE, CA, HNR, NAS, VRA, WMM, ZZA. Bertempat di kelas 7 G SMP Ya BAKII 1 Kesugihan dengan waktu sekitar 40 menit. Pada pertemuan ketiga, pemimpin kelompok membuka kegiatan dengan mengucapkan salam, menanyakan kabar anggota kelompok, serta menyampaikan apresiasi atas kehadiran mereka yang telah sesuai dengan waktu yang telah disepakati bersama. Kegiatan diawali dengan doa yang dipimpin oleh salah satu anggota kelompok sebagai bentuk harapan agar kegiatan berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat bagi seluruh peserta.

Selanjutnya, pemimpin kelompok mengingatkan kembali tujuan pelaksanaan bimbingan kelompok dan menanyakan kesiapan anggota untuk mengikuti kegiatan inti. Setelah seluruh anggota menyatakan siap, pemimpin kelompok memperkenalkan materi pada pertemuan ketiga yang bertema “Pengembangan Diri”. Untuk membantu anggota memahami materi, pemimpin kelompok menayangkan sebuah video berjudul “It’s Me”. Video tersebut dipilih karena menggambarkan perjalanan tokoh utama dalam mengenali dan mengembangkan potensi dirinya meskipun harus menghadapi berbagai tantangan dan hambatan dalam kehidupannya. Melalui tayangan tersebut, anggota kelompok diberikan tugas untuk

mengamati dan menganalisis pesan-pesan yang dapat diambil terkait proses pengembangan diri yang ditunjukkan oleh tokoh dalam video.

Setelah video selesai diputar, pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada anggota untuk menyampaikan hasil pengamatan dan pemahamannya. Salah satu anggota kelompok, yaitu AHZ, menyampaikan bahwa pesan yang dapat diambil dari video tersebut adalah pentingnya mengenali potensi diri. Menurutnya, seseorang perlu terus berusaha menemukan bakat dan kemampuan yang dimiliki, kemudian mengembangkannya secara maksimal agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Pendapat tersebut kemudian diperkuat oleh pemimpin kelompok yang menjelaskan bahwa pengembangan diri merupakan proses untuk menjadi pribadi yang lebih baik, mampu mengendalikan diri, mengoptimalkan potensi yang dimiliki, serta mampu menyesuaikan diri secara efektif dengan berbagai situasi dan tuntutan lingkungan.

Selama kegiatan berlangsung, sebagian besar anggota kelompok menunjukkan partisipasi yang aktif dalam diskusi. Namun, terdapat beberapa anggota, yaitu AKE, NAS, VRA, dan ZZA, yang masih terlihat kurang aktif dalam membangun dinamika kelompok. Hal tersebut disebabkan karena mereka masih memerlukan pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsep pengembangan diri serta belum sepenuhnya mengenali potensi yang dimiliki. Oleh karena itu, pemimpin kelompok memberikan dorongan dan motivasi agar mereka lebih percaya diri dalam

mengemukakan pendapat dan mengenali kemampuan yang ada dalam diri mereka.

Pada akhir kegiatan, pemimpin kelompok bersama anggota kelompok menyimpulkan hasil pembahasan yang telah dilakukan. Pemimpin kelompok kemudian menyampaikan ucapan terima kasih atas partisipasi seluruh anggota selama kegiatan berlangsung. Pertemuan ditutup dengan doa bersama dan diakhiri dengan salam penutup dari pemimpin kelompok.

4) Pertemuan Keempat

Sesi keempat, dilaksanakan pada hari Kamis, 4 Juni 2026. Bimbingan Kelompok dilakukan dengan anggota AHZ, AKE, CA, HNR, NAS, VRA, WMM, ZZA. Bertempat di kelas 7 G SMP Ya BAKII 1 Kesugihan dengan waktu sekitar 40 menit. Pada pertemuan keempat, pemimpin kelompok membuka kegiatan dengan mengucapkan salam, menyampaikan ucapan terima kasih atas kehadiran seluruh anggota kelompok, serta menanyakan kabar mereka. Sebelum kegiatan dimulai, seluruh anggota bersama-sama memanjatkan doa agar kegiatan dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat bagi semua peserta. Setelah itu, pemimpin kelompok menjelaskan bahwa pertemuan ini merupakan pertemuan terakhir dalam rangkaian kegiatan bimbingan kelompok. Selanjutnya, pemimpin kelompok menanyakan kesiapan anggota untuk mengikuti kegiatan inti, dan seluruh anggota menyatakan siap untuk melanjutkan kegiatan.

Pada tahap inti, pemimpin kelompok menyampaikan materi dengan tema “Respon Baik”. Materi ini membahas pentingnya memberikan respons

yang positif ketika menghadapi berbagai masalah atau situasi yang kurang menyenangkan agar seseorang tidak mudah putus asa, kecewa, maupun frustrasi. Pemimpin kelompok menjelaskan bahwa setiap individu akan menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan, sehingga diperlukan kemampuan untuk mengelola pikiran, perasaan, dan perilaku secara bijaksana. Selain itu, anggota kelompok juga diajak untuk memahami bahwa kritik, saran, maupun pengalaman yang kurang menyenangkan dapat dijadikan sebagai sarana untuk belajar dan memperbaiki diri.

Setelah penyampaian materi, pemimpin kelompok mengajukan pertanyaan kepada setiap anggota mengenai cara mereka merespons ketika menghadapi suatu masalah. Anggota kelompok diberikan kesempatan untuk menyampaikan pendapat dan pengalaman secara bergantian. Melalui kegiatan tersebut, anggota kelompok dapat saling berbagi pengalaman serta memperoleh pemahaman baru mengenai berbagai bentuk respons yang positif dalam menghadapi permasalahan sehari-hari. Pemimpin kelompok kemudian menambahkan bahwa sikap menerima masukan dengan lapang dada, berpikir positif, dan berusaha mencari solusi merupakan bentuk respon baik yang dapat membantu seseorang berkembang menjadi pribadi yang lebih matang.

Pada tahap akhir kegiatan, pemimpin kelompok menyampaikan rangkuman materi sebagai penguatan terhadap pembahasan yang telah dilakukan. Selanjutnya, anggota kelompok diminta melakukan refleksi dan mengevaluasi diri mengenai perubahan yang mereka rasakan setelah

mengikuti seluruh rangkaian kegiatan bimbingan kelompok. Beberapa anggota, yaitu AHZ, AKE, NAS, dan ZZA, menyampaikan kesan dan pesan selama mengikuti kegiatan. Mereka mengungkapkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok memberikan banyak manfaat, seperti menumbuhkan semangat dalam menghadapi berbagai tantangan, meningkatkan kemampuan memahami dan menghargai teman, membantu mengenali serta mengembangkan potensi diri, serta melatih kemampuan memberikan respons yang positif terhadap berbagai situasi dan permasalahan yang dihadapi.

Sebagai penutup, kegiatan diakhiri dengan doa bersama yang dipimpin oleh salah satu anggota kelompok. Pemimpin kelompok kemudian menyampaikan ucapan terima kasih kepada seluruh anggota atas partisipasi dan kerja sama yang baik selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dari pertemuan pertama hingga pertemuan terakhir. Setelah itu, pemimpin kelompok menutup kegiatan dengan mengucapkan salam penutup.

a. Pelaksanaan Kelompok Kelompok kontrol

1) Pertemuan pertama

Pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Senin, 11 Mei 2026 di ruang kelas Aula SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Kelompok kontrol terdiri atas 8 siswa, yaitu ATW, AFJA, BNA, HSE, HM, NS, NHS, dan QAH. Pada kelompok kontrol, peserta tidak diberikan perlakuan (treatment) sebagaimana yang diberikan kepada kelompok eksperimen. Kegiatan diawali dengan salam, dilanjutkan

dengan doa bersama, menanyakan kabar peserta, serta menyampaikan ucapan terima kasih atas kesediaan mereka mengikuti kegiatan yang telah direncanakan.

Selanjutnya, peneliti menanyakan kesiapan peserta untuk mengikuti kegiatan. Setelah seluruh peserta menyatakan siap, peneliti membagikan angket kepada setiap peserta dan memberikan petunjuk mengenai cara pengisiannya. Peserta kemudian mengisi angket sesuai dengan kondisi dan pengalaman masing-masing. Setelah seluruh peserta selesai mengisi angket, peneliti mengumpulkan kembali lembar angket yang telah diisi untuk selanjutnya digunakan sebagai data penelitian.

Sebelum mengakhiri kegiatan, peneliti menyampaikan bahwa seluruh rangkaian kegiatan pada pertemuan pertama telah selesai dilaksanakan. Peneliti juga mengucapkan terima kasih atas kerja sama dan partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung. Pertemuan kemudian ditutup dengan doa bersama dan salam penutup.

2) Pertemuan Kedua

Pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Rabu, 13 Mei 2026 di ruang kelas 7 G SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Kegiatan dibuka dengan salam dan doa bersama, kemudian peneliti menanyakan kabar peserta serta menyampaikan apresiasi atas kehadiran mereka dalam kegiatan tersebut.

Pada awal kegiatan, peneliti menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan pertemuan kedua. Setelah itu, peneliti menanyakan kesiapan peserta untuk mengikuti kegiatan yang telah direncanakan. Setelah seluruh peserta menyatakan siap, peneliti kembali membagikan angket kepada peserta untuk diisi sesuai dengan petunjuk yang telah diberikan. Peserta mengerjakan angket dengan tertib hingga selesai.

Setelah seluruh angket terkumpul, peneliti menyampaikan bahwa kegiatan pada pertemuan kedua telah selesai. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh peserta atas kesediaan dan partisipasi mereka dalam mengikuti kegiatan penelitian. Kegiatan kemudian ditutup dengan doa bersama dan salam penutup.

4. Uji Normalitas Data

Sebelum penjelasan deskripsi dan analisis data dilaksanakan uji normalitas untuk menguji apakah data dari eksperimen dan kelompok kontrol berdistribusi normal atau tidak. Dalam hal ini uji normalitas menggunakan rumus Kolmogorov Smirnov dan untuk perhitungannya menggunakan spss 29. Adapun hasil output yang didapatkan Adalah

Tabel 4.5 Uji Normalitas Data

Tests of Normality							
		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
Kelas		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil	Pretest A (Kontrol)	.169	8	.200 [*]	.978	8	.951
	Posttest A (Kontrol)	.195	8	.200 [*]	.904	8	.315
	Pretest B (Eksperimen)	.181	8	.200 [*]	.965	8	.855
	Pretest B (Eksperimen)	.171	8	.200 [*]	.933	8	.542
*. This is a lower bound of the true significance.							
a. Lilliefors Significance Correction							

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) $> 0,05$, sedangkan apabila nilai signifikansi (Sig.) $< 0,05$ maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal. Berdasarkan output Tests of Normality menggunakan uji Shapiro-Wilk, diperoleh nilai signifikansi pretest kelompok kontrol sebesar 0,951, posttest kelompok kontrol sebesar 0,315, pretest kelompok eksperimen sebesar 0,855, dan posttest kelompok eksperimen sebesar 0,542. Seluruh nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data pretest dan posttest pada kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen berdistribusi normal.

5. Uji Homogenitas

Sebelum dilakukan uji analisis varians 2 arah, maka ada syarat yang harus dilakukan yaitu mencari nilai homogenitas. Dalam penelitian ini nilai homogenitas didapat dengan menggunakan uji *homogeneity of variance*. Pada sampel ini dinyatakan homogen apabila *sig based on mean* $> 0,05$.

Tabel 4.6 Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variance					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil	Based on Mean	.962	3	28	.424
	Based on Median	.843	3	28	.482
	Based on Median and with adjusted df	.843	3	23.812	.484
	Based on trimmed mean	.927	3	28	.441

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah varians data dari setiap kelompok adalah sama (homogen) atau tidak. Data dinyatakan homogen apabila nilai signifikansi (Sig.) $> 0,05$, sedangkan apabila nilai signifikansi (Sig.) $< 0,05$ maka data dinyatakan tidak homogen. Berdasarkan tabel Test of Homogeneity of Variance, diperoleh nilai signifikansi Based on Mean sebesar 0,424. Karena nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,424 > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa varians data pretest dan posttest pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol adalah homogen.

6. Uji ANOVA

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis varians satu arah (One Way ANOVA). Analisis ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan, sehingga dapat diketahui pengaruh layanan yang diberikan

terhadap variabel penelitian. Adapun hasil pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

Tabel 4.7 Uji Anova

ANOVA					
Hasil	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	763.000	3	254.333	6.652	.002
Within Groups	1070.500	28	38.232		
Total	1833.500	31			

Kriteria pengambilan keputusan dalam uji One Way ANOVA yaitu apabila nilai F hitung $>$ F tabel atau nilai signifikansi (Sig.) $<$ 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat pengaruh atau perbedaan yang signifikan antar kelompok yang diuji. Sebaliknya, apabila nilai F hitung $<$ F tabel atau nilai signifikansi (Sig.) $>$ 0,05, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti tidak terdapat pengaruh atau perbedaan yang signifikan.

Berdasarkan hasil uji One Way ANOVA, diperoleh nilai F hitung sebesar 6,652 dengan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,002. Karena nilai signifikansi $0,002 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antar kelompok yang diuji.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah berbasis pesantren. Hal ini menunjukkan bahwa

terdapat perbedaan hasil penyesuaian diri setelah pemberian layanan pada kelompok yang diteliti.

B. Pembahasan

Pembahasan hasil dari penelitian ini adalah meningkatkan penyesuaian diri siswa dengan menggunakan teknik bimbingan kelompok. Untuk pembahasan dari Efektivitas dukungan sosial teman sebaya dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Yabakii 1 Kesugihan yaitu:

1. Gambaran Penyesuaian Diri Siswa Baru di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan

Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan perilaku, pikiran, dan emosinya terhadap tuntutan lingkungan sehingga tercipta hubungan yang harmonis dengan lingkungan tersebut. Bagi siswa baru, penyesuaian diri menjadi aspek penting karena mereka dihadapkan pada lingkungan belajar, teman sebaya, guru, serta budaya sekolah yang berbeda dengan jenjang pendidikan sebelumnya. Pada sekolah berbasis pesantren, proses penyesuaian diri menjadi lebih kompleks karena siswa juga harus menyesuaikan diri dengan tata tertib pesantren, kegiatan keagamaan, serta kehidupan bersama di lingkungan asrama.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling, masih terdapat beberapa siswa baru yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri. Kesulitan tersebut ditunjukkan melalui perilaku kurang percaya diri, belum berani berinteraksi dengan teman, merasa canggung ketika mengikuti

kegiatan sekolah maupun pesantren, serta belum mampu beradaptasi dengan peraturan yang berlaku.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok, rata-rata skor penyesuaian diri pada kelompok eksperimen sebesar 66,375 yang berada pada kategori rendah. Setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok, rata-rata skor meningkat menjadi 75,625 dengan kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kemampuan penyesuaian diri pada siswa kelompok eksperimen.

Sementara itu, pada kelompok kontrol diperoleh rata-rata skor pretest sebesar 73,625 yang termasuk kategori sedang, sedangkan rata-rata skor posttest meningkat menjadi 79,875 dengan kategori tinggi. Meskipun kelompok kontrol juga mengalami peningkatan, perubahan yang terjadi tidak disebabkan oleh pemberian layanan bimbingan kelompok, melainkan dimungkinkan karena proses adaptasi alami siswa terhadap lingkungan sekolah seiring berjalannya waktu, interaksi dengan teman sebaya, maupun pengalaman belajar selama penelitian berlangsung.

Secara keseluruhan, hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa nilai rata-rata seluruh responden adalah 73,87 dengan nilai minimum 59, nilai maksimum 88, dan standar deviasi 7,691. Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat penyesuaian diri siswa baru berada pada kategori sedang dengan variasi skor yang relatif beragam.

2. Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor penyesuaian diri pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Akan tetapi, peningkatan yang terjadi pada kelompok eksperimen lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen mengalami peningkatan rata-rata sebesar 9,25 poin, sedangkan kelompok kontrol mengalami peningkatan rata-rata sebesar 6,25 poin.

Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri. Selama kegiatan berlangsung, siswa memperoleh kesempatan untuk saling berbagi pengalaman, memberikan motivasi, mendengarkan permasalahan teman, menunjukkan sikap empati, serta memberikan dukungan emosional kepada sesama anggota kelompok. Interaksi tersebut menciptakan suasana yang positif sehingga siswa merasa diterima, dihargai, dan memiliki tempat untuk berbagi pengalaman dalam menghadapi berbagai tantangan penyesuaian diri di lingkungan sekolah maupun pesantren.

Dukungan sosial teman sebaya yang terbentuk selama kegiatan juga membantu siswa memahami bahwa mereka tidak menghadapi kesulitan seorang diri. Kesamaan pengalaman antaranggota kelompok membuat siswa lebih terbuka dalam menyampaikan perasaan dan permasalahan yang dialami. Kondisi tersebut memberikan rasa nyaman dan meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam menghadapi lingkungan baru.

Selain itu, dukungan sosial teman sebaya berperan dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan berinteraksi, bekerja sama, menghargai perbedaan, serta menyelesaikan masalah secara positif. Kemampuan-kemampuan tersebut merupakan aspek penting dalam proses penyesuaian diri, khususnya pada lingkungan sekolah berbasis pesantren yang memiliki aturan, budaya, dan tuntutan sosial yang berbeda dibandingkan lingkungan sebelumnya.

Temuan penelitian ini memperkuat pandangan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi keberhasilan penyesuaian diri siswa. Semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diterima siswa dari teman-temannya, maka semakin mudah siswa beradaptasi dengan lingkungan baru dan menjalankan berbagai aktivitas akademik maupun nonakademik secara optimal.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Efektivitas tersebut dibuktikan melalui hasil uji One Way ANOVA yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,002 ($<0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan, di antaranya sebagai berikut.

1. Jumlah sampel penelitian relatif terbatas, yaitu hanya 16 siswa yang terdiri atas 8 siswa pada kelompok eksperimen dan 8 siswa pada kelompok

kelompok kontrol, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas.

2. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok hanya dilakukan dalam empat kali pertemuan sehingga perubahan penyesuaian diri siswa belum dapat diamati dalam jangka waktu yang lebih panjang.
3. Pengumpulan data penelitian hanya menggunakan instrumen angket sehingga hasil penelitian masih bergantung pada kejujuran dan pemahaman responden saat mengisi instrumen.
4. Penelitian dilaksanakan pada satu sekolah berbasis pesantren sehingga hasil penelitian dipengaruhi oleh karakteristik lingkungan sekolah tersebut dan memungkinkan adanya perbedaan hasil apabila diterapkan pada sekolah dengan karakteristik yang berbeda.
5. Selama penelitian berlangsung, kelompok kelompok kontrol juga mengalami peningkatan penyesuaian diri yang kemungkinan dipengaruhi oleh proses adaptasi alami siswa, pengalaman belajar, maupun interaksi sosial sehari-hari di lingkungan sekolah dan pesantren yang tidak sepenuhnya dapat dikendalikan oleh peneliti.

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan, dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Tingkat penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan sebelum memperoleh perlakuan masih tergolong rendah. Setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok yang mengembangkan dukungan sosial teman sebaya, tingkat penyesuaian diri siswa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan. Hal ini ditunjukkan oleh meningkatnya rata-rata skor penyesuaian diri dari 66,375 pada saat pretest menjadi 75,625 pada saat posttest, sehingga menunjukkan adanya perkembangan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah maupun lingkungan pesantren.
2. Layanan bimbingan kelompok yang memfasilitasi dukungan sosial teman sebaya memberikan hasil yang positif terhadap peningkatan penyesuaian diri siswa santri kelas 7 di SMP Ya BAKII 1 Kesugihan. Hal tersebut didukung oleh hasil uji One-Way ANOVA yang memperoleh nilai F hitung sebesar 6,652 dengan nilai signifikansi 0,002 ($< 0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Selain itu, secara deskriptif kelompok eksperimen mengalami peningkatan rata-rata skor penyesuaian diri dari 66,375 menjadi 75,625 atau

meningkat sebesar 9,25 poin setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan penyesuaian diri siswa setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang memfasilitasi dukungan sosial teman sebaya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut.

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru BK diharapkan dapat menjadikan layanan bimbingan kelompok sebagai salah satu program layanan yang dilaksanakan secara terencana dan berkelanjutan untuk membantu meningkatkan penyesuaian diri siswa, khususnya siswa baru yang sedang menjalani proses adaptasi di lingkungan sekolah berbasis pesantren. Selain itu, guru BK dapat mengoptimalkan peran teman sebaya sebagai sumber dukungan sosial teman sebaya dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling.

2. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat memberikan dukungan terhadap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok melalui penyediaan waktu, fasilitas, serta kerja sama antara guru BK, wali kelas, dan pengurus pesantren. Sinergi tersebut diharapkan mampu menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung proses penyesuaian diri siswa santri secara optimal.

3. Bagi Siswa

Siswa diharapkan lebih aktif membangun hubungan yang positif dengan teman sebaya, saling memberikan dukungan, serta menerapkan nilai-nilai yang diperoleh selama mengikuti layanan bimbingan kelompok sehingga kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah maupun pesantren dapat berkembang secara optimal.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, cakupan sekolah yang lebih luas, serta waktu pelaksanaan yang lebih panjang. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi penyesuaian diri siswa santri sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aaqilah & History. (2024). *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Penyesuaian Diri Santri Kelas VIII*. 7, 454–459.
- Angreni, S. (2017). *Scientiae Educatia : Jurnal Pendidikan Sains Pengaruh Penggunaan Media Interaktif Disertai LKS Terhadap Hasil Belajar IPA*. 6, 36–40.
- Arikunto. (2013). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Bumi Aksara.
- Arip, Bakar, Ahmad, & J. (2013). The development of a group guidance module for student self development based on gestalt theory. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84.
- Aristya. (2018). Hubungan Dukungan Sosial dan Konsep Diri Dengan Penyesuaian Diri Remaja Kelas X SMA ANGKASA 1 Jakarta. *IKRAITH-HUMANIORA*, 2.
- Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Graha Ilmu.
- Bukowski. (1996). *The company they keep: Friendship in childhood and adolescence*. Cambridge University Press.
- Damayanti. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren. *Ummul Qura Jurnal Institut Pesantren Sunan Drajat (INSUD) Lamongan*, 16(1), 1–14. <https://doi.org/10.55352/uq.v16i1.350>
- Damayanti, N. (2012). *Buku Pintar Panduan Bimbingan Konseling*. Araska.
- Desiani, T. (2020). Pengaruh Pergaulan Teman Sebaya Terhadap Pembentukan Karakter Siswa Kelas VIII MTS Negeri 3 Kabupaten Tangerang. *Mediakarya Mahasiswa Pendidikan Islam*, 1(1).
- Fatimah, E. (2010). *Psikologi perkembangan (perkembangan peserta didik)*. Pustaka Setia.
- Gerungan, W. (2002). *Psikologi Sosial*. Refika aditama.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 23*. Universitas Diponegoro Press.
- Hurlock. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga Press.
- Hurlock, E. B. (1997). *Perkembangan Anak Jilid 1*. Erlangga Press.
- Kartika, D. (2008). Dukungan sosial dan perilaku terhadap orang lain. *Jurnal Psikologi XXIII*.

- Kurniawan, Y., & Sudrajat, A. (2018). Peran Teman Sebaya dalam Pembentukan Karakter Siswa Madrasah Tsanawiyah. *Ilmu-Ilmu Sosial*, 15(2).
- Kusumawati, M. (2015). *Penelitian Pendidikan: Penjasorkes (Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)*. Alfabeta.
- Mahmudi, M. H. (2014). Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Penyesuaian diri dalam Belajar. *Jurnal Psikologi Indoneia*, 3.
- Maslihah, S. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Psikologi UNDIP*.
- Melati. (2023). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau. *Studi Deskripsi Korelasi Pada Mahasiswa Baru Angkatan 2023 Prodi BK Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*.
- Mintarsih. (2015). Hubungan Antara Perilaku Prososial Dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-being) Pada Siswa Kelas XI di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*.
- Panut, G. & R. (2021). Panut, P., Giyoto, G., & Rohmadi, Y. (2021). Implementasi Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2019 Tentang Pesantren Terhadap Pengelolaan Pondok Pesantren. *Jurnal Ilmiah Ekonomi* <https://doi.org/10.29040/jiei.v7i2.2671> Islam, 7(2), 816–828. *Implementasi Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2019 Tentang Pesantren Terhadap Pengelolaan Pondok Pesantren*.
- Partini. (2023). Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Santri MTS Pondok Pesantren Pabelan. *Peran Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Santri MTS Pondok Pesantren Pabelan*.
- Prayitno, & A. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Rineka Cipta.
- Rahmat, H. &. (2019). *Buku Ilmu Pendidikan Rahmat Hidayat & Abdillah*.
- Ristianti, A. (2009). Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Identitas Diri pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta. *Jurnal Psikologi*.
- Sa'idah & Laksmiwati, H. (2017). Dukungan Sosial dan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 7(2).
- Safitri, J. (2013). *Hubungan Penyesuaian Diri Sosial dan Kemampuan Menyelesaikan Masalah dengan Kecenderungan Perilaku Delinkuen Remaja Madya*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Santosa, S. (2009). *Dinamika kelompok*. Bumi Aksara.
- Santrock, J., & W. (2005). *Adolescence, perkembangan anak*. Erlangga.
- Sarafino, & S. (2020). *Health Psychology*. John Wiley & Sons.

- Sarafino, E. P. (1994). *Health psychology: Biopsychosocial interactions (2nd ed.)*. John Wiley & Sons.
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. Holt, Rinehart, and Winston.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. PT Grasindo.
- Stanley, M., & Beare, P. G. (2007). *Buku ajar keperawatan gerontik (Gerontik Nursing Teaching Book)*. EGC Medical Book Publishers.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Suhardi, D. (2013). Peran SMP Berbasis Pesantren Sebagai Upaya Penanaman Pendidikan Karakter Kepada Generasi Bangsa. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 3(3). <https://doi.org/10.21831/jpk.v0i3.1248>
- Suhendra, R. H., Wahab, A. A., & Khumaidi, A. (2023). PENGARUH PENGGUNAAN APLIKASI BUPINTERHADAP PENINGKATAN HASIL BELAJAR SISWA MADRASAH ALIYAH PLUS TARUNA ISLAMAL-KAUTSAR KRAKSAAN PROBOLINGGO. 5, 890–900.
- Taulabi, I. (2013). Integrasi Sistem Pendidikan Pesantren dan Sekolah. *Pendidikan*.
- Telaumbanua, Lase, Z. (2024). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Peningkatan Kualitas Kegiatan Belajar terhadap Motivasi Berprestasi dalam Belajar. *Peningkatan Kualitas Kegiatan Belajar Terhadap Motivasi Berprestasi Dalam Belajar*.
- Tohirin. (2011). *Bimbingan Dan Konseling*. Rajagrafindo Persada.
- Uyun & Erlita, S. (2020). Hubungan Komunikasi Interpersonal dan Motivasi Berafiliasi Dengan Intensi Prosocial Kelas XI SMU. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang, 11(1)*.
- Wilkinson, R. B. (2008). Development and properties of the adolescent friendship attachment scale. *Of Youth and Adolescence*, 37(10).
- Zahro, U. A. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Santri Kelas 7 di SMP Islam Excellent As Syafi'ah Nganjuk. *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Santri Kelas 7 Di SMP Islam Excellent As Syafi'ah Nganjuk*.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Angket Penyesuaian Diri

ANGKET PENYESUAIAN DIRI

Nama :

Kelas :

Hari/tanggal :

Petunjuk Pengisian

1. Bacalah pernyataan-pernyataan dengan cermat yang ada pada kolom di bawah ini
2. Berikan jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda sebenarnya
3. Setiap pernyataan dalam skala ini dilengkapi dengan empat pilihan jawaban, yaitu:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai
4. Jawablah dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang tersedia
5. Jawablah dengan jujur dan teliti pernyataan-pernyataan di bawah ini dan tanpa terpengaruh oleh jawaban teman-teman

NO	Pertanyaan	STS	TS	S	SS
1.	Saya tidak berpakaian rapih dan sesuai tata tertib saat berada disekolah				
2.	Saya menjadikan kritik orang lain sebagai motivasi untuk maju				
3.	Saya mematuhi hukum yang berlaku				

4.	Saya tidak membedakan orang lain hanya karena berbeda agama				
5.	Saya tidaks dapat mengenal dan memahami berbagai kebudayaan di masyarakat				
6.	Saya selalu berpikiran negatif dalam segala hal				
7.	Saya bersikap sombong terhadap semua orang				
8.	Saya menerapkan kebiasaan 3S (Senyum, Sapa, Salam) di manapun				
9.	Saya tidak bisa mengenali setiap karakter teman				
10.	Saya menjadikan pengalaman sebagai pembelajaran untuk lebih baik lagi				
11.	Saya kurang percaya diri dalam segala hal yang dilakukan				
12.	Saya mampu bertutur kata dengan sopan dan menghormati orang yang lebih tua				
13.	Saya tidak ikut berpartisipasi aktif pada acara-acara yang selalu diadakan sekolah				
14.	Saya membiasakan diri untuk membaca buku				
15.	Saya selalu ceroboh dalam segala hal yang dikerjakan				
16.	Saya menyontek saat ulangan berlangsung				
17.	Saya tiba di sekolah sebelum bel masuk berbunyi				
18.	Saya melarikan diri ketika ada kegiatan bersih-bersih yang diadakan sekolah				
19.	Saya tidak memaafkan orang yang telah menyakiti kita				
20.	Saya menjadi pendengar yang baik saat teman bercerita				
21.	Saya balas dendam pada orang lain yang telah menyakiti kita				
22.	Saya bertanya kepada guru jika ada materi yang belum dipahami				
23.	Saya menjalin hubungan yang baik dengan seluruh teman di kelas				

1. Transkrip Wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling

Nama Guru BK : Nadia Fauzia S.Sos

Tempat : Ruang BK Putri SMP Ya BAKII 1 Kesugihan

Hari/tanggal : Senin, 19 Mei 2025

Catatan : Cetak biasa adalah pertanyaan yang disampaikan oleh peneliti, sedangkan cetak miring adalah jawaban yang diberikan oleh guru BK.

Peneliti : Ada berapa jumlah siswa keseluruhan di SMP ini?

Guru Bk : Untuk siswi itu ada 311 siswa, dan untuk siswa itu ada 318. Jadi keseluruhannya ada 629 siswa.

Peneliti : Lalu permasalahan apa saja yang kiranya sering terjadi siswa/i di sekolah sini Bu?

Guru BK : Ya ada sebagian anak yang masih mengalami kesulitan beradaptasi dalam menyesuaikan diri, terutama siswa/i kelas 7 tapi tidak semua anak seperti itu. Terus ada juga yang membolos, tapi kasus membolos kebanyakan di putra kalau di putri tidak terlalu, ya ada 1 atau 2 yang membolos. Soalnya kadang anak itu mikirnya jam kosong, karena guru yang telat masuk, padahal kan tidak jamkos. Siswa/i yang telat juga lumayan banyak, apalagi kalau anak pondok. Alasannya sih katanya ngajinya terlalu siang, udah ngajinya mepet terus anaknya ngapa-ngapainnya itu lelet, ketambahan sarapannya sambil ngobrol dll.

Peneliti : Berarti untuk kasus seperti penyesuaian diri itu masih ada nggih Bu?

Guru BK : Untuk siswa baru kelas 7 masih ada sebagian siswa yang memang masih adaptasi untuk penyesuaian diri, karena sebagian dari mereka ada yang berada dipondok pesantren jadi membutuhkan adaptasi untuk menyesuaikan diri dengan teman dan lingkungan baru.

Peneliti : Kalo diprosentasikan sendiri itu kira-kira berapa nggih bu?

Guru BK : Kalau di putri itu sekitar 65% lebih dari setengahnya, tapi kalau di putra itu kira-kira sekitar 35%.

Peneliti : Oh nggih Bu. Terus dari pandangan Ibu sebagai guru Bk, kira-kira yang menyebabkan anak kesulitan beradaptasi dari penyesuaian diri itu apa ?

Guru BK : Ya karena sebagian anak ada yang dipesantren, ada yang dari luar pesantren juga jadi mereka membutuhkan dukungan sosial teman sebaya penuh dari teman sebaya, guru, keluarga. Anak-anak juga lumayan membutuhkan waktu untuk penyesuaian diri dari teman sebaya lingkup pesantren dan non pesantren.

Peneliti : Kalau Upaya dari guru BK sendiri untuk merangkul siswa/i yang masih kesulitan melakukan penyesuaian diri bagaimana Bu?

Guru BK : Kami biasanya berkontribusi dengan pengurus pondok Mba, untuk memantau perkembangan anak-anak.

Peneliti : Apakah upaya tersebut sudah dirasa efektif untuk mengatasi permasalahan penyesuaian diri siswa?

Guru BK : Ya sudah lumayan. Jadi kita dapat laporan dari pengurus pesantren kondisi anaknya bagaimana.

Peneliti : Biasanya ibu melakukan apa dengan anak yang masih kesulitan penyesuaian diri?

Guru BK : Ya kita mendampingi, sambil memberikan motivasi.

Lampiran 2. Surat Observasi Skripsi



UNUGHA CILACAP
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
Keputusan Kemendikbud RI Nomor : 264/E/O/2014 Tanggal 23 Juli 2014

Nomor : B/287/Ybk.041.8/TA/2025
Lampiran : -
Hal : Permohonan Observasi Skripsi

Kepada Yth.
Kepala SMP Ya BAKII 1 Kesugihan
di –
Tempat

Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Salam silaturahmi dan sejahtera kami sampaikan semoga kita senantiasa mendapatkan ridlo dan pertolongan dari Allah SWT dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Amin.

Sehubungan dengan tuntutan kebutuhan mahasiswa untuk mendapatkan pengalaman nyata di lapangan, maka Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap menugaskan kepada mahasiswa kami:

Nama : Inarotun Nisa
NIM : 212411033
Prodi : Bimbingan Dan Konseling

Untuk mengadakan observasi terkait dengan skripsi yang sedang di kerjakannya dengan Judul **"Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya Bakii 1 Kesugihan"**

Berkenaan dengan hal tersebut, maka kami mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk mengizinkan mahasiswa kami melaksanakan kegiatan tersebut.

Adapun mengenai hari, tanggal dan waktu pelaksanaannya yaitu **hari Senin, 28 April 2025 s.d Selesai.**

Demikian surat ini kami sampaikan, atas bimbingan dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum Wr.Wb.

Cilacap, 26 April 2025

Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.
NIK. 41230714 012

UNIVERSITAS NAHDLATUL 'ULAMA AL GHAZALI CILACAP

Alamat : Jln. Kemerdekaan Barat No.17 Kesugihan 53274 Cilacap Jawa Tengah, [http:// www.unugha.ac.id](http://www.unugha.ac.id), E-mail : fkp@unugha.ac.id
Telp. : (0282) 695415, 695407, Fax : (0282) 695407

Lampiran 3. Dokumentasi Pra Penelitian

Wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling



Lampiran 4. Surat Penelitian Skripsi



UNUGHA CILACAP
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
Keputusan Kemendikbud RI Nomor : 264/E/O/2014 Tanggal 23 Juli 2014

Nomor : B/261/Ybk.041.8/TA/2026
Lampiran : -
Hal : Permohonan Penelitian Skripsi

Kepada Yth.
Kepala SMP Ya BAKII 1 Kesugihan
di –
Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Salam silaturahmi dan sejahtera kami sampaikan semoga kita senantiasa mendapatkan ridlo dan pertolongan dari Allah SWT dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Amin.

Sehubungan dengan tuntutan kebutuhan mahasiswa untuk mendapatkan pengalaman nyata di lapangan, maka Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap menugaskan kepada mahasiswa kami:

Nama : Inarotun Nisa
NIM : 212411033
Prodi : Bimbingan Dan Konseling

Untuk mengadakan observasi terkait dengan skripsi yang sedang di kerjakannya dengan Judul "**Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya Bakii 1 Kesugihan**"

Berkenaan dengan hal tersebut, maka kami mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk mengizinkan mahasiswa kami melaksanakan kegiatan tersebut.

Adapun mengenai hari, tanggal dan waktu pelaksanaannya yaitu **hari Senin, 23 Februari 2026 s.d Selesai.**

Demikian surat ini kami sampaikan, atas bimbingan dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.



Cilacap, 12 Februari 2026

Dekan,

Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.
NIK. 41 230714 012

UNIVERSITAS NAHDLATUL 'ULAMA AL GHAZALI CILACAP

Alamat : Jln. Kemerdekaan Barat No.17 Kesugihan 53274 Cilacap Jawa Tengah, [http:// www.unugha.ac.id](http://www.unugha.ac.id), E-mail : fkp@unugha.ac.id
Telp. : (0282) 695415, 695407, Fax : (0282) 695407

Lampiran 5. Pelaksanaan Penelitian Skripsi

Pengisian Angket Pre-test



Pertemuan sesi ke satu kelas eksperimen



Pertemuan sesi kedua kelas eksperimen



Pertemuan sesi ketiga kelas eksperimen



Pertemuan sesi keempat kelas eksperimen



Pengisian angket post test kelas kelompok kontrol



Lampiran 6. RPL (Rencana Pelaksanaan Layanan)

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

BIMBINGAN KELOMPOK

SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2025/2026

PERSIAPAN		
A.	Nama Konseli	
B.	Hari, tanggal	Mei 2026 (tentative)
C.	Pertemuan ke-	1
D.	Waktu	1 kali pertemuan x 40 menit
E.	Tempat	Ruang kelas VII G
F.	Topik pembahasan	Adaptasi Lingkungan baru
G.	Tujuan	1. Konseli dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah baru 2. Konseli dapat membuka diri untuk ilmu pengetahuan baru 3. Konseli dapat merencanakan diri untuk beradaptasi
H.	Media dan alat	Alat tulis , lembar kerja
PELAKSANAAN		
Tahap		Uraian kegiatan
Tahap awal/pembentukan		
1	Pembukaan	4. Konselor membuka kegiatan dengan salam 5. Konselor membina hubungan baik dengan peserta seperti menanyakan kabar dan kegiatan sebelumnya 6. Konselor dan anggota kelompok berdo'a sesuai keyakinan masing-masing dan mempersilahkan salah satu dari anggota untuk memimpin berdo'a

		5. Konselor menyimpulkan pendapat dari peserta 6. Konselor memberikan pendapat mengenai permasalahan 7. Konselor menyimpulkan pendapat dirinya dan peserta
2	Materi	1. Konselor meminta peserta untuk berpendapat mengenai cara menyelesaikan contoh permasalahan 2. Konselor menyimpulkan pendapat dan peserta dari peserta 3. Konselor menambahkan penjelasan mengenai cara menyelesaikan contoh permasalahan
Tahap Akhir/Terminasi		
1	Menutup kegiatan	1. Konselor mengajak peserta membuat kesimpulan terkait dengan materi layanan 2 konselor mengajak peserta untuk menyampaikan pesan dan kesan dari kegiatan bimbingan kelompok 2. Konselor mengucapkan terima kasih dan meminta maaf 3. Konselor menyampaikan harapan kepada peserta konselor mengakhiri kegiatan dengan salam
EVALUASI		
1	Evaluasi proses	Konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi: 1. Melakukan refleksi hasil, setiap peserta menuliskan di kertas yang sudah disiapkan 2. Mengamati sikap atau antusias peserta dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara peserta dalam menyampaikan pendapat 4. Mengamati cara peserta memberikan penjelasan dari pertanyaan konselor
2	Evaluasi Hasil	Konselor menyusun instrumen yang sudah disiapkan antara lain:

		7. Konselor memperkenalkan diri dan dilanjut oleh peserta 8. Konselor mencairkan suasana supaya santai/ tidak tegang dengan ice breaking
Tahap peralihan/Transisi		
1	Pernyataan Tujuan	1. Konselor menjelaskan pengertian bimbingan kelompok 2. Konselor menyampaikan tujuan layanan bimbingan kelompok 3. Konselor Menjelaskan kedudukan dirinya sebagai pemimpin kelompok (konselor) dan peserta sebagai anggota kelompok (konseli)
2	Penjelasan Langkah kegiatan	1. Konselor menyampaikan kepada peserta supaya aktif berpendapat dalam kegiatan bimbingan kelompok 2. Konselor memberikan Materi apa yang akan dibahas pada kegiatan bimbingan kelompok 3. Konselor menjelaskan proses pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok
3	Menanyakan siswa	1. Konselor menanyakan kesiapan kelompok dalam melaksanakan tugas 2. Konselor memberi kesempatan bertanya tentang tugas yang belum mereka pahami 3.konselor menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas setiap anggota kelompok
Tahap inti/kerja		
1	Pemaparan materi	1. Konselor memberikan suatu contoh permasalahan mengenai materi yang dibahas 2. Konselor meminta peserta untuk membayangkan bahwa yang ada pada contoh permasalahan itu mereka 3. Konselor meminta kepada peserta menyebutkan Apa yang terjadi ketika mereka di posisi pada contoh 4. Konselor meyakinkan peserta bahwa pendapat dari masing-masing individu tidak ada yang salah

		1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen menyenangkan/ kurang menyenangkan/tidak menyenangkan 2. Evaluasi terhadap topik yang dibahas sangat penting/ kurang penting /tidak penting 3. Evaluasi terhadap cara konselor dalam menyampaikan materi mudah dipahami/tidak mudah dipahami /sulit dipahami 4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti: menarik /kurang menarik /tidak menarik diikuti

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi
2. Observasi pelaksanaan layanan
3. Instrumen penilaian proses
4. Instrumen penilaian hasil

Cilacap, 15 Mei 2026

Mengetahui,
Guru Bimbingan
Konseling



Nadia Fauzia, S.Sos.

Peneliti



Inarotun Nisa

Lampiran 7. Validasi Ahli

Validasi Instrumen

Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya Bakii 1 Kesugihan

Judul penelitian : Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya Bakii 1 Kesugihan
 Validator : Heny Kristiana Rahmawati, M.Pd.I
 Peneliti : Inarotun Nisa

A. Tujuan

Tujuan penggunaan instrumen ini adalah untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai validator instrumen. Pendapat dari Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk validasi instrumen yang akan digunakan.

B. Petunjuk

1. Bapak/Ibu memberikan penilaian mencakup isi instrumen untuk menilai instrumen yang akan digunakan dalam penelitian "Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya Bakii 1 Kesugihan".
2. Rentang untuk penilaian mencakup rating 1-5. Dimohon Bapak/Ibu validator memberikan tanda cek (✓) pada kolom yang sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu validator.
 Keterangan skor penilaian:
 a. 1 = Tidak sesuai
 b. 2 = Kurang sesuai
 c. 3 = Sesuai
 d. 4 = Cukup
 e. 5 = Sangat Sesuai
3. Komentar, kritik serta saran mohon dituliskan pada kolom yang sudah tersedia.

I. Blue Print Instrumen Penyesuaian Diri

Aspek	Indikator/Faktor	Sebaran Item		Jumlah
		F	UF	
Adaptation (Penyesuaian diri sebagai adaptasi)	Berpakaian sesuai dengan keadaan lingkungan		4,24	4
	Membuka diri untuk ilmu pengetahuan baru	19,28		
Conformity (Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas)	Menghormati dan melestarikan kebudayaan yang ada	1, 9, 13		8
	Mematuhi norma yang berlaku	6, 18, 22	17,21	
Mastery (Penyesuaian diri sebagai	Mengembangkan diri agar menjadi pribadi yang	7, 10, 16, 25	11	17

usaha penguasaan)	lebih terkendali dan terarah			
	Menyesuaikan diri dengan kenyataan secara efektif dan efisien	2, 14, 23, 26, 29	12,20	
	Mampu memanipulasi faktor-faktor lingkungan dengan baik	3, 5, 15, 27	8	
Jumlah		21	8	29

II. Penilaian Item Skala Penyesuaian Diri

No.	Butir Item Skala Penyesuaian Diri	Skor				
		1	2	3	4	5
1.	Menghargai beragam budaya yang ada di masyarakat			✓		
2.	Hidup apa adanya sesuai dengan keadaan ekonomi keluarga		✓			
3.	Berpakaian rapih dan sesuai tata tertib saat berada disekolah				✓	
4.	Menjadikan kritik orang lain sebagai motivasi untuk maju				✓	
5.	Mematuhi hukum yang berlaku				✓	
6.	Tidak membedakan orang lain hanya karena berbeda agama				✓	
7.	Mengetahui berbagai kebudayaan yang ada di masyarakat		✓			
8.	Selalu berpikiran negatif dalam segala hal			✓		
9.	Bersikap sombong terhadap semua orang			✓		
10.	Menerapkan kebiasaan 3S (Senyum, Sapa, Salam) dimanapun				✓	
11.	Mengenali setiap karakter teman				✓	
12.	Menjadikan pengalaman sebagai pembelajaran untuk lebih baik lagi				✓	
13.	Percaya diri dalam segala hal yang dilakukan				✓	
14.	Bertutur kata kasar kepada orang yang lebih tua			✓		
15.	Ikut berpartisipasi aktif pada acara-acara yang selalu diadakan sekolah				✓	
16.	Membiasakan diri untuk membaca buku				✓	
17.	Selalu ceroboh dalam segala hal yang dikerjakan			✓		
18.	Menyontek saat ulangan berlangsung			✓		
19.	Tiba di sekolah sebelum bel masuk berbunyi					✓
20.	Ikut dalam kegiatan bersih-bersih yang diadakan warga				✓	
21.	Memafkan orang yang telah menyakiti kita				✓	
22.	Menjadi pendengar yang baik saat teman bercerita					✓
23.	Tidak balas dendam pada orang lain yang telah menyakiti kita				✓	
24.	Bertanya kepada guru jika ada materi yang belum dipahami					✓

25.	Menjalin hubungan yang baik dengan seluruh teman dikelas						✓
-----	--	--	--	--	--	--	---

Saran dan Komentar:

1. Konstensi indikator-item. (mis: aspek adaptation dan mastery masih bercampur dg. perlakuan umum)
2. Item unfavorable (seimbangan jumlah item)
3. perbaikan ejaan, konstensi istilah
4. beberapa item terlalu umum & non-specific (item 1 & 2)

Kesimpulan :

Dari hasil evaluasi dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian ini dinyatakan:

- a. Layak digunakan tanpa revisi
- ☒ b. Layak digunakan dengan revisi
- c. Tidak layak digunakan

*) Lingkari salah satu pilihan

Cilacap 02 Februari 2016

Validator



Heny Kristiana R, M.Pd.I

Lampiran Hasil Angket Kelompok Eksperimen

ANGKET PENYESUAIAN DIRI

Nama : Vincent Nares Palarangan

Kelas : VIII E

Hari/tanggal : Kamis, 4 Juli 2024

Petunjuk Pengisian

- Isilah pernyataan pernyataan dengan centang (✓) pada salah satu kolom di bawah.
- Berikan jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda sebenarnya.
- Setiap pernyataan dalam skala ini dilengkapi dengan empat pilihan jawaban.

SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS : Sangat Tidak Sesuai

4. Jawablah dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang sesuai

5. Jawablah dengan jujur dan teliti pernyataan-pernyataan di bawah ini dan tujuannya untuk mengetahui seberapa jauh jawaban teman-teman

NO	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya tidak berpakaian rapih dan sesuai tata tertib saat berada di sekolah				
2.	Saya mempunyai kritik orang lain sebagai motivasi untuk maju				
3.	Saya mematuhi hukum yang berlaku				
4.	Saya tidak membedakan orang lain hanya karena berbeda agama				
5.	Saya tidak dapat mengenal				

	dan memelihara berbagai kebudayaan di masyarakat				
6.	Saya tidak berpakaian rapih dan sesuai tata tertib saat berada di sekolah				
7.	Saya mempunyai kritik orang lain sebagai motivasi untuk maju				
8.	Saya mematuhi hukum yang berlaku				
9.	Saya tidak membedakan orang lain hanya karena berbeda agama				
10.	Saya tidak dapat mengenal				
11.	Jawablah dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang sesuai				
12.	Jawablah dengan jujur dan teliti pernyataan-pernyataan di bawah ini dan tujuannya untuk mengetahui seberapa jauh jawaban teman-teman				

ANGKET PENYESUAIAN DIRI

Nama : Wahidul Wahidul Wahidul

Kelas : VIII E

Hari/tanggal : Kamis, 4 Juli 2024

Petunjuk Pengisian

- Isilah pernyataan pernyataan dengan centang (✓) pada salah satu kolom di bawah ini.
- Berikan jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda sebenarnya.
- Setiap pernyataan dalam skala ini dilengkapi dengan empat pilihan jawaban.

SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS : Sangat Tidak Sesuai

4. Jawablah dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang sesuai

5. Jawablah dengan jujur dan teliti pernyataan-pernyataan di bawah ini dan tujuannya untuk mengetahui seberapa jauh jawaban teman-teman

NO	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya tidak berpakaian rapih dan sesuai tata tertib saat berada di sekolah				
2.	Saya mempunyai kritik orang lain sebagai motivasi untuk maju				
3.	Saya mematuhi hukum yang berlaku				
4.	Saya tidak membedakan orang lain hanya karena berbeda agama				
5.	Saya tidak dapat mengenal				

	dan memelihara berbagai kebudayaan di masyarakat				
6.	Saya tidak berpakaian rapih dan sesuai tata tertib saat berada di sekolah				
7.	Saya mempunyai kritik orang lain sebagai motivasi untuk maju				
8.	Saya mematuhi hukum yang berlaku				
9.	Saya tidak membedakan orang lain hanya karena berbeda agama				
10.	Saya tidak dapat mengenal				
11.	Jawablah dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang sesuai				
12.	Jawablah dengan jujur dan teliti pernyataan-pernyataan di bawah ini dan tujuannya untuk mengetahui seberapa jauh jawaban teman-teman				

ANGKET PENYESUAIAN DIRI

Nama : Alvin Pratomo, 21.01.2002

Kelas : 10.1

Harus tanggal : 10.11.2021

Petunjuk Pengisian

- Bacalah pernyataan pernyataan dengan cermat yang ada pada kolom di bawah ini
- Setelah anda selesai membaca pernyataan tersebut, pilihlah jawaban yang sesuai dengan kondisi diri anda sebenarnya
- Setiap pernyataan dalam skala ini dilengkapi dengan empat pilihan jawaban, yaitu:

SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
SS : Sangat Tidak Sesuai

4. Jawablah dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang tersedia

5. Jawablah dengan jujur dan tidak pernyataan pernyataan di bawah ini dan jangan dipengaruhi oleh jawaban teman-teman

NO	Pernyataan	SS	S	TS	SS
1	Saya tidak terpacu oleh orang lain yang tidak sesuai dengan diri saya				
2	Saya menjadi orang yang lain sebagai motivasi untuk maju				
3	Saya merasa nyaman yang berakibat				
4	Saya tidak membedakan orang lain hanya karena berbeda agama				
5	Saya tidak dapat mengontrol				

dan memenuhi berbagai kebutuhan di masyarakat

6	Saya selalu berpikir negatif dalam segala hal				
7	Saya terpacu oleh orang lain yang tidak sesuai dengan diri saya				
8	Saya mencontohkan kebiasaan SS (Seringan, Sapa, Saluran) dan orang lain				
9	Saya tidak bisa mengontrol setiap karakter teman				
10	Saya menyalahkan pengalaman sebagai penyebab untuk tidak berhasil				
11	Saya kurang percaya diri dalam segala hal yang dilakukan				
12	Saya merasa nyaman karena dengan orang lain yang berbeda				
13	Saya tidak bisa berprestasi aktif pada acara-acara yang diadakan sekolah				
14	Saya merasa nyaman diri untuk mencoba hal baru				
15	Saya selalu ceroboh dalam segala hal yang dikerjakan				
16	Saya menyontek saat ulangan harian				
17	Saya tidak sekolah sebelum bel masuk berbunyi				
18	Saya melarikan diri ketika ada kegiatan beres-beres				

yang dilakukan sekolah

19	Saya tidak memaafkan orang yang telah menyakiti kita				
20	Saya menjadi pendengar yang baik saat teman berbicara				
21	Saya bisa berdiri pada orang lain yang telah menyakiti kita				
22	Saya bertanya kepada guru jika ada materi yang belum dipahami				
23	Saya menjalin hubungan yang baik dengan seluruh teman di kelas				

[illegible]

ANGKET PENYETERIMAAN BUKU

Nama : Indah Nur Hafidha
 Kelas : VIII
 Hari/tgl Pengisian : Senin, 4 Jan 2021

Pengisian Pengisian

- Berilah pernyataan-pernyataan dengan centang yang ada pada kolom di bawah ini
- Berikan jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda sebenarnya
- Setiap pernyataan dalam daftar ini ditanggapi dengan memberi pilihan jawaban, yaitu:
 - 5/ Sangat Sesuai
 - 4/ Sesuai
 - 3/ Tidak Sesuai
 - 2/ Sangat Tidak Sesuai
- Jawablah dengan menuliskan tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang tersedia
- Jawablah dengan jujur dan tulis pernyataan pernyataan di bawah ini dan tempo tanggapi dengan jujur sesuai keadaan sebenarnya

No	Pernyataan	5/5	4/4	3/3	2/2
1	Saya tidak berpikir sekali-kali akan membaca buku ini karena saya sudah membaca banyak buku	✓			•
2	Saya membaca buku ini, sangat baik sebagai materi untuk materi				
3	Saya membaca buku yang baik			✓	
4	Saya tidak membacanya karena saya sudah membaca banyak buku				✓
5	Saya tidak dapat mengartikan	✓			

[illegible]

	yang dilakukan sekolah			
19.	Saya tidak menemukan orang yang telah menyakit kita	✓		
20.	Saya menjadi pendengar yang baik saat teman bercerita			✓
21.	Saya belajar dengan pada orang lain yang telah menyakit kita		✓	
22.	Saya bertanya kepada guru jika ada materi yang belum dipahami		✓	
23.	Saya menjalin hubungan yang baik dengan seluruh teman di kelas	✓		

ANGKET PENELITIAN

Nama : Fitri Nadeh A
Kelas : 7F
Tanggal : 10/07/2023

Pengantar

1. Rata-rata penyusutan persediaan dengan benar yang ada pada buku dan barang ini
2. Berikan jawaban yang sesuai dengan kondisi diri anda sebenarnya
3. Setiap pertanyaan dengan data ini dilengkap dengan impact pilihan jawaban, yaitu:

SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS : Sangat Tidak Sesuai

4. Jawablah dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang tersedia

5. Jawablah dengan jujur dan tidak penyusutan persediaan di buku ini dan tanpa terpengaruh oleh penilaian teman-teman

No	Pertanyaan	SS	TS	S	STS
1	Saya tidak mempunyai pengalaman dalam menjual barang yang telah disediakan	✓			
2	Saya menjual barang yang telah disediakan dengan cara yang benar			✓	
3	Saya menjual barang yang telah disediakan dengan cara yang benar			✓	
4	Saya tidak menjual barang yang telah disediakan			✓	
5	Saya tidak menjual barang yang telah disediakan			✓	

	dan melakukan berbagai kegiatan di rumah/rumahnya			
7.	Saya selalu berpikir agar dapat dalam segala hal yang baik yang mungkin			
8.	Saya menanggapi keluhan 35 (tanyang, tany, tany) dengan			
9.	berusaha. Saya menanggapi setiap keluhan teman			
10.	Saya mengikuti pengalaman orang yang pernah melakukan hal yang baik			
11.	Saya belajar dari orang yang dalam segala hal yang baik			
12.	Saya menanggapi setiap keluhan dengan sikap yang baik			
13.	Saya tidak menanggapi setiap keluhan dengan sikap yang baik			
14.	Saya menanggapi setiap keluhan dengan sikap yang baik			
15.	Saya menanggapi setiap keluhan dengan sikap yang baik			
16.	Saya menanggapi setiap keluhan dengan sikap yang baik			
17.	Saya menanggapi setiap keluhan dengan sikap yang baik			
18.	Saya menanggapi setiap keluhan dengan sikap yang baik			

	yang di sekolah			
18.	Saya tidak memaukai orang yang telah menyukai kita		✓	
20.	Saya menjadi pendengar yang baik saat teman bercerita			✓
21.	Saya bulan dendam pada orang kita yang telah menyakiti kita	✓		
22.	Saya bertanya kepada guru jika ada materi yang belum dipahami			✓
23.	Saya menjalin hubungan yang baik dengan seluruh teman di kelas		✓	

Lampiran Hasil Kelompok Kelompok kontrol

ANGKET PENYESUAIAN DIRI

Nama : Agus T. Aji
 Kelas : 10.11
 Hari/tanggal : Kami, 4 Juni 2014

Petunjuk Pengisian

- Berilah pernyataan pernyataan dengan centang yang ada pada kolom di bawah ini
- Berilah jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda sebenarnya
- Setiap pernyataan dalam skala ini dianggapi dengan empat pilihan jawaban, yaitu:

SS : Sangat Sesuai
 S : Sesuai
 TS : Tidak Sesuai
 STS : Sangat Tidak Sesuai

4. Jawablah dengan memberi tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang tertera

5. Jawablah dengan jujur dan tulis pernyataan pernyataan di bawah ini dan tanpa dipengaruhi oleh jawaban teman-teman

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya tidak berprestasi tinggi dan semua itu terjadi saat berada di sekolah				
2.	Saya mempunyai lebih orang lain sebagai teman atau musuh				
3.	Saya merasa bahwa yang berlaku				
4.	Saya tidak menaruhkan orang lain hanya karena berbeda agama				
5.	Saya tidak dapat mengontrol				

6.	dan memahami berbagai kebudayaan di masyarakat				
7.	Saya selalu berprestasi tinggi dalam segala hal				
8.	Saya banyak mendapat tepuk tangan orang				
9.	Saya mempunyai khalifah 35 (Syaikh, Imam, Ulama) di masyarakat				
10.	Saya selalu bisa mengontrol setiap keadaan teman				
11.	Saya mempunyai pengalaman sebagai pembiasaan untuk lebih baik lagi				
12.	Saya kurang percaya diri dalam segala hal yang dilakukan				
13.	Saya mampu berinteraksi dengan teman dan menghormati orang yang lebih tua				
14.	Saya tidak bisa berpartisipasi aktif pada acara-acara yang selalu diadakan sekolah				
15.	Saya selalu ceroboh dalam segala hal yang dikerjakan				
16.	Saya selalu menyontek saat ulangan berlangsung				
17.	Saya bisa di sekolah sebelum bel masuk berbunyi				
18.	Saya melakukan diri ketika ada kegiatan berprestasi				

yang dilakukan sekolah				
19.	Saya tidak memahami orang yang tidak memahami kita			
20.	Saya menjadi pendengar yang baik saat teman berbicara			
21.	Saya selalu mendengar orang lain yang telah menyakiti kita			
22.	Saya bertanya kepada guru jika ada materi yang belum dipahami			
23.	Saya mengulangi hal-hal yang baik dengan seluruh teman di kelas			

ANGKET PENYESUAIAN DIRI

Nama : Agus T. Aji
 Kelas : 10.11
 Hari/tanggal : Kami, 4 Juni 2014

Petunjuk Pengisian

- Berilah pernyataan pernyataan dengan centang yang ada pada kolom di bawah ini
- Berilah jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda sebenarnya
- Setiap pernyataan dalam skala ini dianggapi dengan empat pilihan jawaban, yaitu:

SS : Sangat Sesuai
 S : Sesuai
 TS : Tidak Sesuai
 STS : Sangat Tidak Sesuai

4. Jawablah dengan memberi tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang tertera

5. Jawablah dengan jujur dan tulis pernyataan pernyataan di bawah ini dan tanpa dipengaruhi oleh jawaban teman-teman

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya tidak berprestasi tinggi dan semua itu terjadi saat berada di sekolah				
2.	Saya mempunyai lebih orang lain sebagai teman atau musuh				
3.	Saya merasa bahwa yang berlaku				
4.	Saya tidak menaruhkan orang lain hanya karena berbeda agama				
5.	Saya tidak dapat mengontrol				

6.	dan memahami berbagai kebudayaan di masyarakat				
7.	Saya selalu berprestasi tinggi dalam segala hal				
8.	Saya banyak mendapat tepuk tangan orang				
9.	Saya mempunyai khalifah 35 (Syaikh, Imam, Ulama) di masyarakat				
10.	Saya selalu bisa mengontrol setiap keadaan teman				
11.	Saya mempunyai pengalaman sebagai pembiasaan untuk lebih baik lagi				
12.	Saya kurang percaya diri dalam segala hal yang dilakukan				
13.	Saya mampu berinteraksi dengan teman dan menghormati orang yang lebih tua				
14.	Saya tidak bisa berpartisipasi aktif pada acara-acara yang selalu diadakan sekolah				
15.	Saya selalu ceroboh dalam segala hal yang dikerjakan				
16.	Saya selalu menyontek saat ulangan berlangsung				
17.	Saya bisa di sekolah sebelum bel masuk berbunyi				
18.	Saya melakukan diri ketika ada kegiatan berprestasi				

yang dilakukan sekolah				
19.	Saya tidak memahami orang yang tidak memahami kita			
20.	Saya menjadi pendengar yang baik saat teman berbicara			
21.	Saya selalu mendengar orang lain yang telah menyakiti kita			
22.	Saya bertanya kepada guru jika ada materi yang belum dipahami			
23.	Saya mengulangi hal-hal yang baik dengan seluruh teman di kelas			

ANGKET "PENYERAPAN BAHAN"

Nama : Fitriyanti, Nurul Hani, A. Pratiwi

Kelas : 12.3

Hasil belajar : Reaksi, 10. Juni 2020

Pertanyaan Pemahaman

1. Berapakah persentase penyerapan dengan cara yang satu kali dengan 40 barakali ini
2. Berapakah persentase yang sesuai dengan barakali dari media sebagai cpx
3. Sifatnya penyerapan dalam skala ini ditinjau dengan tepat sebagai prosedur, yaitu

50 : tingkat rendah

50 : rendah

50 : rendah

50 : tingkat Rendah

4. Jelaskan mengapa, berdasarkan hasil dari setiap 1/2 pada skala ini bahwa yang tertera
5. Jelaskan dengan jelas dan rinci persentase penyerapan di bawah ini dan tempa sebagai berikut, jika hasil benar-benar

NO	Pertanyaan	YES	YES	NO
1	Saya tidak berpikir bahwa ada yang sesuai atau tidak dari hasil-hasilnya			
2	Saya memiliki lebih banyak waktu dengan hasil yang sesuai	✓		
3	Saya memiliki lebih banyak waktu dengan hasil-hasilnya		✓	
4	Saya tidak memiliki waktu yang banyak karena hal-hal yang lain		✓	
5	Saya tidak dapat mengontrol			

	1. Berapa jumlah tenaga kebidanan di masyarakat				
6.	apa saja kegiatan yang dilakukan oleh tenaga kebidanan				
7.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				
8.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				
9.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				
10.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				
11.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				
12.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				
13.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				
14.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				
15.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				
16.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				
17.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				
18.	apa saja kebutuhan tenaga kebidanan				

[illegible][illegible]

	Ada materi yang berkaitan dengan materi yang telah dipelajari			
4.	Apakah ada kaitan materi yang telah dipelajari dengan materi yang akan dipelajari?	✓	✓	
5.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang baru?	✓		
6.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
7.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
8.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
9.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
10.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
11.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
12.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
13.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
14.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
15.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
16.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
17.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
18.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
19.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓
20.	Apakah materi yang akan dipelajari merupakan materi yang sudah dipelajari?			✓

	yang dilakukan seluruh			
19.	Daya tidak memarahkan orang yang telah menyakitinya	✓		
20.	Daya berpikir psikologi yang baik dan teman berakhlak		✓	
21.	Daya tidak menahan gada orang lain yang telah menyakitinya	✓		
22.	Daya menaruh kepada guru jika ada materi yang belum dipahami		✓	
23.	Daya mengerti bahasan yang baik dengan seluruh teman disekitar	✓		

119

ANGKET PENYETERAPAN BELI

Nama : Fitri Nurul Hidayati

Kelas : VIS

Hasil pengisian : Senin, 4 Juni 2020

Pemajak Pengisian

1. Buatlah pernyataan pernyataan dengan benar yang ada pada kolom di bawah ini
2. Berikan jawaban yang sesuai dengan keadaan di mana anda berada
3. Setiap pernyataan dalam skala ini dibagikan dengan empat pilihan jawaban, yaitu:
SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS : Sangat Tidak Sesuai
4. Jawablah dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang tersedia
5. Jawablah dengan jujur dan tidak memberikan pernyataan di bawah ini dan tempo terpengaruh oleh jawaban benar-salah

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya tidak berkeinginan untuk membeli barang-baru yang baru di-rilis	✓			
2.	Saya mempunyai lebih uang jika saya membeli barang-baru yang baru di-rilis		✓		
3.	Saya memiliki lebih banyak uang jika saya membeli barang-baru yang baru di-rilis		✓		
4.	Saya tidak memiliki lebih uang jika saya membeli barang-baru yang baru di-rilis		✓		
5.	Saya tidak dapat membeli barang-baru yang baru di-rilis	✓			

6.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
7.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
8.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
9.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
10.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
11.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
12.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
13.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
14.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
15.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
16.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
17.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
18.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			

19.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
20.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
21.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
22.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
23.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
24.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
25.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
26.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			

ANGKET PENYETERAPAN BELI

Nama : Fitri Nurul Hidayati

Kelas : VIS

Hasil pengisian : Senin, 4 Juni 2020

Pemajak Pengisian

1. Buatlah pernyataan pernyataan dengan benar yang ada pada kolom di bawah ini
2. Berikan jawaban yang sesuai dengan keadaan di mana anda berada
3. Setiap pernyataan dalam skala ini dibagikan dengan empat pilihan jawaban, yaitu:
SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS : Sangat Tidak Sesuai
4. Jawablah dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang tersedia
5. Jawablah dengan jujur dan tidak memberikan pernyataan di bawah ini dan tempo terpengaruh oleh jawaban benar-salah

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya tidak berkeinginan untuk membeli barang-baru yang baru di-rilis	✓			
2.	Saya mempunyai lebih uang jika saya membeli barang-baru yang baru di-rilis		✓		
3.	Saya memiliki lebih banyak uang jika saya membeli barang-baru yang baru di-rilis		✓		
4.	Saya tidak memiliki lebih uang jika saya membeli barang-baru yang baru di-rilis		✓		
5.	Saya tidak dapat membeli barang-baru yang baru di-rilis	✓			

6.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
7.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
8.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
9.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
10.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
11.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
12.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
13.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
14.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
15.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
16.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
17.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
18.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			

19.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
20.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
21.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
22.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
23.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
24.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
25.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			
26.	Saya merasa bahwa barang-baru yang baru di-rilis itu mahal	✓			

Lampiran 9. Biodata Penulis



Inarotun Nisa, Penulis Skripsi berjudul Efektivitas Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Santri Kelas 7 di SMP Ya Bakii 1 Kesugihan. Lahir di Cilacap, 18 Desember 2002 anak kedua dari orang tua Bapak Mualifun dan Ibu Nur Khafsoh mempunyai satu kakak laki-laki yang bernama Akhmad Alfian Fikri dan satu adik Perempuan yang bernama Alfi Hidayati.

Pendidikan formal yang pernah di tempuh penulis dimulai dari TK Ya Bakii 1 Kesugihan, SD Negeri 1 Kesugihan, SMP Ya Bakii 1 Kesugihan, MA Minat Kesugihan. Pendidikan non formal yang pernah ditempuh penulis TPQ Al-Falah, Madin An Najah, Madin Nahdlatut Thulab.

Pada tahun 2021 penulis terdaftar sebagai mahasiswa Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali (UNUGHA) Cilacap mengambil jurusan Bimbingan dan Konseling. Setelah menjadi mahasiswa penulis juga cukup aktif di berbagai organisasi/UKM seperti HIMA BK, BEM Fakultas, IPPNU.